Esther și Jerry Hicks

Banii și Legea Atracției

Învață cum poți atrage
în viața ta bogăția, o stare de sănătate
și de fericire perfectă

II 428198

ÎNVĂȚĂTURILE LUI ABRAHAM®

ADEVĂR DIVIN

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BIBL. CENTR. UNIV.
„M. EMINESCU" IAȘI
II 428.198

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Banii și *Legea Atracției*

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BANII
ȘI
LEGEA ATRACȚIEI

664 233

Învață cum poți atrage în viața ta bogăția, o stare de sănătate și de fericire perfectă

Esther și Jerry Hicks
(Învățăturile lui Abraham)

Traducerea din limba engleză
Cristian Hanu

1008929
BCU IASI

ADEVĂR DIVIN
Brașov, 2009

ALE
BCU IASI GEN FAL UNIVERSITY LIBRARY

Editura ADEVĂR DIVIN

„Calea către lumină și iubire"

Brașov, Str. Aleea Mimozei, nr. 10, bl. 76, sc. C, et. 2, ap. 11, cod 500377, O.P. 12
Mobil: 0722 148 983; 0727 275 877
Telefon / Fax: 0368 462 076; 0268 324 970
E-mail: contact@divin.ro *sau* contact@secretul.tv
Pe site-ul editurii găsiți și alte cărți pentru suflet:
www.divin.ro
Site: **www.secretul.tv**
Yahoo! Group: **adevardivin**

Copyright © 2008 Esther and Jerry Hicks
Originally published as *Money and the law of attraction: learning to attract wealth, health, and happiness* by Esther and Jerry Hicks (The Teachings of Abraham)
Original English Language Publication 2008 by Hay House, Inc., California, U.S.A.

Tune into Hay House broadcasting at: www.hayhouseradio.com

Copyright © 2008 *Editura* ADEVĂR DIVIN.
Toate drepturile asupra prezentei ediții în limba română aparțin în exclusivitate *Editurii* ADEVĂR DIVIN.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
HICKS, ESTHER
Banii și *Legea Atracției*: învață cum poți atrage în viața ta bogăția, o stare de sănătate și de fericire perfectă / Esther și Jerry Hicks; trad.: Cristian Hanu; pref.: Jerry Hicks. - Brașov: Adevăr Divin, 2009
ISBN 978-973-88592-9-6

I. Hicks, Jerry
II. Hanu, Cristian (trad.)
III. Hicks, Jerry (pref.)

159.9

Tehnoredactare: Elena David
Corectură: Elena Málnai și Mihaela Stinghe

Misiunea *Editurii* ADEVĂR DIVIN:

Însuflețirea armoniei divine

BCU IAȘI CENTRUL VECHI LIBRARY
14 SEP. 2013

Am avut deosebita plăcere de a cunoaște câțiva dintre cei mai influenți oameni care trăiesc în epoca noastră, dar nu cunoaștem nicio persoană care să aplice mai hotărât în viață principiile manifestării pozitive prin puterea conștientă a voinței decât Louise Hay (Lulu), fondatoarea editurii Hay House, sub a cărei conducere înțeleaptă, Hay House Inc. a devenit cea mai mare editură din lume care publică materiale spirituale și legate de autoperfecționare.

De aceea, consacrăm această carte, cu toată iubirea și cu multă apreciere, lui Louise Hay și tuturor persoanelor pe care le-a atras ea în viața ei, materializându-și astfel viziunea interioară.

BCU IAȘI CENTRALĂ UNIVERSITARĂ LIBRARY

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CUPRINS

Prefață de Jerry Hicks 15

PARTEA I: Pivotarea și Cartea Aspectelor Pozitive

- Povestea ta și *Legea Atracției* 29
- Ți se pare viața din când în când nedreaptă? 30
- Faptul că fac „tot ce îți stă în puteri" nu este suficient? 31
- Eu pot obține tot ceea ce îmi doresc 33
- Succesul este dreptul meu prin naștere 33
- Banii nu sunt sursa răului, dar nici a fericirii 35
- Eu îmi atrag singur toate experiențele 36
- Știam de la bun început că *Legea Atracției* funcționează ... 39
- Ce se înțelege prin *vibrație?* 41
- Ori de câte ori simt o stare interioară de abundență, aceasta se transformă într-o abundență exterioară 43
- Nu îți trăi viața pe pilot automat; trăiește-o în mod conștient 44
- Spune-ți singur povestea vieții pe care dorești să o experimentezi 46
- Orice realitate are de fapt două fațete 47
- Care este povestea pe care nu mi-o spun? 48
- *Procesul de pivotare* îmi poate reorienta viața 49
- Eu sunt creatorul propriilor mele experiențe de viață 51
- Gândurile aliniate sunt acele gânduri care te fac să te simți bine 52
- Cum să îmi percep lumea prin ochii Sursei 53
- Eu pot opta în mod deliberat pentru a mă simți mai bine ... 56

- Pot fi bolile cauzate de emoţiile negative? 57
- Pivotarea de la proasta dispoziţie la buna dispoziţie 59
- Sunt la unison cu dorinţele mele? 60
- *Ce* îmi doresc, şi *de ce?* 61
- Eu mă pot simţi mai bine chiar acum 63
- Focalizarea atenţiei asupra lucrurilor nedorite atrage şi mai multe lucruri nedorite în viaţa ta 65
- Mă focalizez asupra lucrurilor pe care le doresc, sau asupra celor pe care nu le doresc? 66
- Focalizează-te asupra soluţiei, nu asupra problemei 66
- Ceea ce îmi doresc *cu adevărat* este să mă simt bine 68
- Ori de câte ori mă simt rău, atrag în viaţa mea lucrurile pe care nu le doresc 70
- Gândurile mele atrag alte gânduri similare, devenind din ce în ce mai puternice 72
- Crearea unei *Cărţi a aspectelor pozitive* 75
- *Legea Atracţiei* face ca gândurile să devină mai puternice 77
- Îmi voi începe ziua cu gânduri care mă fac să mă simt bine 80
- Somnul este acea perioadă de timp în care energiile mele se realiniază 81
- Un exemplu de *Conştientizare a aspectelor pozitive înainte de culcare* 83
- Un exemplu de *Conştientizare a aspectelor pozitive imediat după trezire* 85
- Ştiu cum doresc să mă simt 86
- Nimic nu este mai important decât să te simţi bine 88
- Cu cât te simţi mai bine, cu atât mai bine ai tendinţa să te simţi 90
- Aspectele pozitive şi negative ale universului meu interior sunt echilibrate 92
- Universul meu răspunde focalizării atenţiei mele asupra... 93
- Decizia de a te simţi bine atrage după sine o stare de bunăstare 95

• Cum să nu simt durerea lor? 98
• Simpatia mea nu contează pentru nimeni? 100
• Cum să nu mă simt rănit când ei se simt răniți? 103
• Eu nu sunt responsabil pentru creațiile celor din jur 108
• Cum e mai bine: să asculți părerile celor din jur, sau să încerci cu orice preț să te simți mai bine? 110
• Ce-ar fi dacă aș juca jocul *Ce-ar fi dacă?* 111

PARTEA a II-a: Atragerea banilor și manifestarea abundenței în viața ta

• Atragerea banilor și manifestarea abundenței în viața ta 117
• Acțiunea care pornește de la premisa lipsei nu aduce beneficii 120
• Mai întâi de toate, trebuie să-mi găsesc echilibrul energetic 121
• Nici banii, nici sărăcia nu mă fac fericit 124
• Eu sunt aici în calitate de creator plin de bucurie 126
• Puterea cheltuirii în plan energetic a banilor energetici 127
• Faptul că „am nevoie" de bani nu va atrage banii în viața mea 129
• Ce s-ar întâmpla dacă un om „sărac" nu s-ar simți deloc sărac? 130
• Care este povestea „abundenței mele financiare"? 134
• Ce se întâmplă atunci când săracii îi critică pe bogați? 136
• Ce s-ar întâmpla dacă banii noștri și-ar pierde valoarea? 137
• Inversarea spiralei descendente 140
• Războiul împotriva unui alt război este tot un război 141
• Putem reuși fără talent? 143
• Putem obține noi ceva dacă nu dăruim? 144
• Ei doresc să câștige la loteria norocului 145
• Viața trăită în abundență nu înseamnă „magie" 146
• Merită să renunțăm la libertate în schimbul banilor? 148
• Unde conduc emoțiile negative legate de dolari sau de cancer 151

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

• Nu s-a luptat pentru bani? 152
• Te simți confortabil atunci când cheltuiești bani? 156
• Cum să fac ca să îmi schimb Punctul de Atracție? 159
• Eu singur îmi pot stabili propriile standarde 161
• Funcționează principiul „economisirii în schimbul siguranței"? 162
• Spune-ți o nouă poveste legată de abundență, bani și bunăstare financiară 164
• „Vechea" mea poveste legată de bani. Un exemplu 165
• „Noua" mea poveste legată de bani. Un exemplu 167

PARTEA a III-a: Menținerea bunăstării mele fizice

• Gândurile mele îmi creează experiențele în planul fizic 173
• Lamentarea legată de lamentare este tot o lamentare 174
• Mă simt bine în corpul meu 175
• Cuvintele nu te ajută să înțelegi lecțiile vieții. Numai viața te ajută în această direcție 177
• *Legea Atracției* mă ajută să îmi lărgesc orizontul mental 179
• 15 minute acordate intenției de a-mi amplifica propria bunăstare 181
• Eu nu sunt limitat de convingerile altor oameni 183
• Am suficient timp pentru a realiza ceea ce îmi doresc 186
• De ce îmi doresc o stare corporală perfectă? 187
• Am încredere în *Ființa mea interioară* eternă 189
• Care este rolul gândurilor în apariția rănilor și a traumelor? 190
• Poate fi vindecată o boală congenitală la nivel energetic? 191
• Bolile grave vin și pleacă, dar de ce? 192
• Am asistat la vindecarea naturală a corpului meu 194
• Prin focalizarea asupra bunăstării îmi pot menține bunăstarea? 195
• Ce se întâmplă dacă mă simt inspirat să mă consult cu un medic? 197

- Poți fi euforic atunci când te afli între fălcile unui leu? 198
- Cum se poate concentra asupra unei alte idei cineva care suferă? 200
- Starea mea naturală este una de bunăstare 202
- Pot gândurile unui copil să atragă boala? 204
- De ce se nasc unii copii bolnavi? 205
- Haide să discutăm despre conceptul de boală „incurabilă" 207
- Te poți focaliza asupra bucuriei pentru a-ți redobândi starea de sănătate? 208
- Putem vindeca boala ignorând-o? 210
- Care este efectul vaccinurilor asupra bolilor? 211
- Ce să aleg: un medic oficial, un vindecător prin puterea credinței sau un vindecător care lucrează cu energia? 212
- Medicul tău – un instrument pentru amplificarea bunăstării tale 213
- Ce pot face pentru a-i ajuta pe alții? 215
- Ce se întâmplă dacă ei sunt în comă? 216
- Pot eu să moștenesc genetic boala bunicii mele? 217
- În ce constă rolul mass-mediei în răspândirea epidemiilor? 219
- Surprinde senzațiile de disconfort când acestea sunt încă minore 221
- Pot fi vindecate în vreun fel artrita și boala lui Alzheimer? 223
- Sunt exercițiile fizice și nutriția corectă factori autentici de care depinde sănătatea noastră? 225
- Ce se întâmplă atunci când un om sănătos se simte tot timpul obosit? 226
- Care este principala cauză a bolilor? 227
- „Vechea" mea poveste legată de bunăstarea fizică. Un exemplu 229
- „Noua" mea poveste legată de bunăstarea fizică. Un exemplu 230

PARTEA a IV-a: O nouă perspectivă asupra sănătății, greutății corporale și echilibrului mental

- Doresc să mă bucur de un corp sănătos 235
- Doresc să îmi echilibrez dorințele și experiențele personale 237
- Nu trebuie să îmi compar corpul cu al altor persoane 238
- Ce s-ar întâmpla dacă m-aș considera perfect? 239
- Respingerea forțată a lucrurilor nedorite atrage și mai multe lucruri nedorite în viața mea 240
- Focalizarea atenției asupra lipsurilor atrage și mai multe lipsuri 241
- Plantarea semințelor fricii conduce în timp la mai multă frică 242
- Conduce atenția focalizată asupra bolii la o atragere a bolii? 243
- Este atenția mea predominant focalizată asupra bunăstării mele? 244
- Experiența fizică a altor persoane nu trebuie neapărat să devină propria mea experiență 246
- Cum pot influența tot ceea ce mi se întâmplă pentru a-mi menține starea de sănătate? 247
- Mă voi relaxa și voi adormi în brațele bunăstării 248
- Indică emoțiile negative existența unor gânduri nesănătoase? 249
- În ce măsură îmi pot controla propriul corp? 250
- Ne putem noi schimba în mod conștient oasele și mușchii? 253
- Ce se întâmplă atunci când o dorință personală nu corespunde convingerii personale? 255
- Dar ce se întâmplă dacă eu cred în pericolul microorganismelor? 257
- Eu sunt călăuzit *către* ceea ce îmi place *cu adevărat* 259
- Mai întâi de toate, trebuie să doresc eu însumi să îmi fac pe plac 261

• Există un moment potrivit pentru a muri? 262
• Este orice moarte o formă de sinucidere? 263
• Există vreun proces prin care îți poți controla greutatea corporală? 265
• Îmi pot urma dorințele care mă fac fericit inclusiv în privința alimentației? 267
• Care sunt convingerile mele legate de alimentație? 269
• Opiniile celorlalți oameni legate de corpul meu nu contează 270
• „Vechea" mea poveste legată de corp. Un exemplu 272
• „Noua" mea poveste legată de corp. Un exemplu 272

PARTEA a V-a: Cariera, o sursă profitabilă de plăcere

• Care trebuie să fie primii mei pași în alegerea unei cariere? 277
• „Ce faci ca să îți câștigi pâinea?" 280
• *Legea Atracției* și cariera 283
• Îmi pot umple golul interior cu ajutorul serviciilor aduse altor oameni? 285
• Îi poate inspira succesul meu și pe alți oameni? 288
• Îmi doresc libertate, creștere și fericire 290
• Îmi doresc să mă simt bine în această viață 291
• Eu îmi creez propria carieră fericită 292
• Este imoral să obții ceva dacă nu dăruiești? 293
• Bun venit pe Planeta Pământ 295
• Cel mai important lucru din lume este să te simți bine 297
• Care sunt obstacolele care mă împiedică să avansez în carieră? 298
• Voi căuta motive ca să mă simt bine 300
• *Îmi doresc* acest lucru, sau *trebuie* să îl fac? 301
• Se poate întâmpla ca ceea ce îmi face plăcere să atragă inclusiv bani în viața mea? 304
• Doresc să mă simt liber atunci când muncesc 305
• Care sunt aspectele pozitive ale acestui lucru? 306
• Timpul în care muncesc depinde de percepția mea 313

• Trebuie oare să muncesc mai mult? 315
• „Vechea" mea poveste legată de carieră. Un exemplu 318
• „Noua" mea poveste legată de carieră. Un exemplu 319
• A sosit timpul să îmi spun o nouă poveste 320

Transcrierea unei transmisii în direct a lui Abraham: un seminar pe tema Legii Atracției

• Poți vorbi de o rezonanță energetică? 325
• Tu ești întotdeauna una cu Sursa de energie 329
• Tot ce există a fost la început o vibrație mentală 332
• Poți trăi o viață la unison cu Sursa ta? 338
• Ce indică povestea ta? 353
• Care este esența energetică a banilor? 357
• Povestea succesului meu financiar 365
• Încheierea seminarului din Boston 373

Despre autori 377

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITARA

PREFAȚĂ

de Jerry Hicks

Ce crezi că te-a atras să iei în mână această carte? De ce te-ai hotărât să citești aceste cuvinte? Ce cuvânt din titlu ți-a atras atenția? *Banii? Sănătatea? Fericirea?* Expresia *„învață cum să atragi"?* Sau chiar *Legea Atracției?*

Oricare ar fi motivul care te-a făcut să iei în mână această carte, tu ai atras astfel în viața ta informațiile pe care le conține ea și care răspund cu siguranță la o parte din întrebările pe care ți le-ai pus de-a lungul vieții.

Care este subiectul acestei cărți? Ea afirmă că viața înseamnă să te simți bine și că starea generală de bunăstare interioară este cât se poate de naturală. Mai mult, cartea susține că oricât de bine te-ai simți în momentul de față, viața ta poate deveni încă și mai bună, și că tu îți poți controla singur alegerile și puterea de a-ți îmbunătăți viața. Ea îți oferă inclusiv o serie de instrumente filozofice și practice care te pot ajuta să manifești în viața ta din ce în ce mai multă abundență, o stare de sănătate din ce în ce mai bună și o

fericire din ce în ce mai mare – care reprezintă dreptul tău prin naștere. (Eu știu din experiența personală acest lucru, întrucât mi se întâmplă tot timpul. Pe măsură ce îmi clarific dorințele și realizez ce anume îmi doresc cu adevărat de la viață, aceste dorințe tind să devină realitate, iar viața mea devine din ce în ce mai frumoasă.)

Viața chiar este frumoasă! Astăzi este Revelionul 2007/2008, iar eu scriu această prefață așezat la masa din bucătărie a noului meu „rai" din Del Mar, California.

Încă de când m-am căsătorit cu Esther (în anul 1980), ne-am decis împreună să vizităm cât mai des cu putință această zonă pe care amândoi o asemuim cu „Grădina Paradisului". Iar acum, după toți acești ani în care nu am făcut decât să vizităm această zonă rezidențială din San Diego, ne putem bucura în sfârșit de ea ca rezidenți permanenți.

Și de ce nu ne-am bucura? Avem un prieten care ne-a ajutat să găsim această proprietate, după ce i-am spus că ne aflăm în căutarea unei proprietăți lângă Del Mar, unde să ne putem parca autobuzul nostru pentru turnee, care are o lungime de cincisprezece metri. După ce am cumpărat proprietatea, pe ea s-au perindat tot felul de arhitecți peisagiști, ingineri, designeri, tâmplari, electricieni, instalatori, specialiști în acoperișuri din țiglă, precum și numeroși decoratori, zugravi, specialiști în garduri și porți de metal, în podele din parchet, în uși glisante, în bolți interioare și în termopane. Au urmat alți specialiști în instalații de iluminat, care ne-au pus sistemul high-tech Lutron, ne-au instalat sistemul audio-video, ne-au conectat

la Internet, ne-au pus sistemul de aer condiționat de ultimă generație Trane, care este absolut silențios, precum și întreaga aparatură pentru bucătărie și baie: Snaidero / Miele / Bosch / Viking. Au urmat specialiștii în decorațiuni interioare care ne-au instalat mobila, a cărei poziție am schimbat-o de nenumărate ori, până când ni s-a părut că este perfect amplasată, făcându-ne să ne simțim cu adevărat bine în casa noastră. Prin curtea noastră s-au perindat tot felul de echipe de muncitori, care au săpat gropi, au turnat ciment, au lucrat în piatră și au transplantat copaci de mari dimensiuni... Am avut de-a face cu mii de oameni care ne-au prezentat invențiile și creațiile lor, care se numără de asemenea cu miile... Pe scurt, avem cu adevărat de ce să ne bucurăm și de ce să ne simțim recunoscători.

Și acesta nu a fost decât vârful aisbergului. Motivele pentru care ne-am simțit recunoscători au devenit pe zi ce trece din ce în ce mai numeroase. De pildă, am descoperit un nou restaurant „preferat" la numai două minute distanță de casa noastră, ca să nu mai vorbim de toți acei vecini minunați care ne-au întâmpinat într-o manieră pe care nu am mai trăit-o până acum.

Și motivele de bucurie nu se opresc aici. Ce să mai spunem de incredibila priveliște care ni se oferă către sud, unde se află rezervația naturală de pini seculari Torrey, dincolo de care se întinde valea Carmel Creek, laguna cu rezervația de păsări de apă și în sfârșit valurile înspumate ale oceanului Pacific. Da. Viața este frumoasă!

(Tocmai am terminat o scurtă plimbare pe plajă, împreună cu Esther, iar acum ne pregătim amândoi să facem ultimele corecturi la cea mai recentă carte a lui Abraham:

Banii și Legea Atracției: Cum poți atrage în viața ta bogăția, o stare de sănătate și de fericire perfectă).

Cu patruzeci de ani în urmă mă aflam într-un turneu de concerte în colegii, când am observat „accidental" o carte uitată pe măsuța de cafea a unei camere de motel dintr-un mic orășel din Montana. Era cartea lui Napoleon Hill, *Folosește-ți mintea pentru a te îmbogăți.* Această carte avea să îmi schimbe dramatic convingerile legate de bani, iar aplicarea noilor principii descoperite cu această ocazie avea să atragă în viața mea succesul financiar într-o manieră pe care nu mi-aș fi imaginat-o niciodată înainte.

Gândul la bogăție nu m-a preocupat niciodată în mod deosebit. Totuși, cu puțin timp înainte să descopăr această carte mă *decisesem* să câștig mai mulți bani, și într-o manieră diferită. Practic, descoperirea cărții lui Hill a fost răspunsul direct pe care l-am primit la ceea ce am „cerut".

La scurt timp după ce am găsit în acea cameră de motel cartea *Folosește-ți mintea pentru a te îmbogăți,* am cunoscut într-un motel din Minnesota o persoană care mi-a oferit o oportunitate de afacere atât de compatibilă cu învățăturile lui Hill încât timp de nouă ani fericiți mi-am concentrat întreaga atenție asupra construirii acestei afaceri. În timpul acestor nouă ani, afacerea mea a devenit o companie internațională care a câștigat multe milioane de dolari. Tot în acest timp relativ scurt, averea mea personală a crescut de la o valoare care abia îmi acoperea necesitățile de bază (adică exact ceea ce cerusem până în acel moment) la o valoare care putea să-mi acopere toate noile mele obiective financiare, recent descoperite.

Principiile pe care le-am învățat din cartea lui Hill au operat atât de perfect în viața mea încât am început să o folosesc ca „manual", învățându-mi partenerii de afaceri să aplice aceleași principii ale succesului. Privind retroactiv, mi-am dat însă seama că foarte puțini dintre asociații mei s-au bucurat de imensul succes financiar de care am avut parte eu și pe care li l-am dorit tuturor. De aceea, am început să caut noi răspunsuri, care să fie mai eficiente pentru un număr mai mare de oameni.

Ca rezultat al experienței mele personale acumulate după citirea cărții *Folosește-ți mintea pentru a te îmbogăți,* am ajuns la convingerea fermă că obținerea succesului este o artă care poate fi *învățată.* Pentru a te bucura de succes nu este absolut necesar să fii născut într-o familie bogată, care cunoaște de mult timp secretul artei de a face bani. Nu este necesar nici măcar să iei note bune la școală sau să cunoști oamenii potriviți la locul potrivit, ori să trăiești într-o anumită țară, să ai o anumită culoare a pielii, un anumit sex, o anumită religie și așa mai departe... Tot ce trebuie să faci este să înveți câteva principii simple și să le pui cu perseverență în practică.

Pe de altă parte, nu toată lumea înțelege același lucru auzind aceleași cuvinte sau citind aceleași cărți. Și astfel, tocmai în perioada în care îmi puneam aceste întrebări, „cerând" mai multă înțelegere, în viața mea a apărut inspirata carte a lui Richard Bach, *Iluzii.* Aceasta a reprezentat o mare revelație pentru mine, ajutându-mă să înțeleg o serie de concepte care mi-au deschis mintea către ceea ce avea să urmeze, deși nu conținea practic principii noi pe care să le pot folosi în mod conștient în afacerea mea.

Următoarea descoperire „accidentală" a unei cărți extrem de valoroase pentru mine s-a produs într-o librărie din Phoenix. Răsfoiam la întâmplare diferite cărți, fără să „caut" ceva anume, când am observat într-un colț o carte de Jane Roberts și Robert F. Butts, intitulată *Scrierile lui Seth.* Seth, o „Entitate Non-Fizică", i-a „dictat" lui Jane câteva cărți. Am cumpărat și am citit această carte, iar apoi și celelalte cărți din această colecție. Oricât de ciudată trebuie să li se fi părut multora această formă de comunicare (Esther însăși a avut inițial o reacție de neîncredere profundă), în ceea ce mă privește am fost întotdeauna tentat să judec copacii după fructele lor, nu după aparențe. De aceea, nu am ținut cont de aceste aspecte „ciudate" și m-am concentrat asupra ideilor pozitive și pragmatice din cărțile lui Seth. Îmi dădeam seama intuitiv că voi putea utiliza aceste idei pentru a-i ajuta pe alți oameni să își îmbunătățească experiența de viață.

Seth avea o perspectivă asupra vieții complet diferită de tot ce am auzit până atunci. În mod deosebit mă interesau două dintre conceptele lui: „Tu îți creezi singur propria realitate" și „Punctul tău de Putere este momentul prezent". Deși nu am reușit să înțeleg pe deplin aceste principii, îmi dădeam seama intuitiv că ele conțineau răspunsurile la întrebările mele. Din păcate, Jane nu se mai afla la acea dată în forma ei fizică, așa că nu mai aveam cum să îi cer lui Seth clarificări suplimentare prin intermediul ei.

A urmat o serie de evenimente absolut neașteptate, nu foarte diferite de experiențele prin care a trecut Jane atunci când a primit transmisiile de la Seth: Esther, soția mea, a început să primească prin transmisie telepatică materialul

cunoscut la ora actuală sub numele de *Învățăturile lui Abraham*®. (Dacă dorești să asculți una din înregistrările originale în care este prezentată o introducere la aceste învățături, o poți descărca gratuit de pe site-ul nostru: www.abraham-hicks.com. Înregistrarea durează 70 de minute.)

În anul 1985, când a început acest fenomen de transmisie prin intermediul lui Esther, mi-am dat seama că voi primi în sfârșit pe această cale răspunsurile pe care le doream pentru o mai bună înțelegere a *Legilor universului* și a manierei în care putem conlucra în mod armonios cu acestea, astfel încât să ne îndeplinim menirea pentru care ne-am născut în această formă fizică. Așa se face că, în acel moment care s-a petrecut cu 20 de ani în urmă, m-am așezat lângă Esther și am dat drumul la un reportofon, după care i-am pus lui Abraham sute de întrebări legate de circa douăzeci de subiecte diferite, referitoare în primul rând la spiritualitatea practică. Și astfel, în timp ce un număr din ce în ce mai mare de oameni începeau să audă de Abraham și își doreau să interacționeze cu noi, am putut multiplica aceste douăzeci de înregistrări, pe care le-am publicat sub forma a două albume audio.

De-a lungul celor două decenii care au urmat, milioane de oameni au aflat de Învățăturile lui Abraham, prin intermediul numeroaselor cărți pe care le-am publicat, a casetelor audio și video pe care le-am înregistrat, a DVD-urilor pe care le-am scos, a seminariilor pe care le-am ținut și a aparițiilor noastre în emisiuni de radio și de televiziune. Alți autori de bestseller au început să folosească și ei învățăturile

lui Abraham în cărțile lor, în seminariile ținute și în aparițiile lor televizate sau radiodifuzate. Acum doi ani, o producătoare de la o televiziune australiană ne-a cerut permisiunea de a face un serial de televiziune pe tema activității noastre și a învățăturilor lui Abraham. Ea ni s-a alăturat împreună cu echipa ei de filmare într-una din excursiile noastre făcute în Alaska, a înregistrat interviul cu noi, după care a pornit în căutarea altor adepți ai învățăturilor noastre, pe care i-a încorporat în episodul-pilot al emisiunii. Restul este istorie, după cum se spune...

Producătoarea și-a intitulat filmul: *Secretul* și s-a concentrat asupra principalei componente a *Învățăturilor lui Abraham: Legea Atracției.* Deși postul australian de televiziune nu a acceptat serialul propus pornind de la acest episod-pilot, documentarul a fost publicat în format DVD și a fost transcris într-o carte. Grație succesului uriaș al filmului și al cărții *Secretul**, acest concept fundamental al *Legii Atracției* a devenit cunoscut de milioane de oameni care își doresc și „cer" o viață mai bună.

Întreaga carte este structurată în jurul a cinci dintre înregistrările originale pe care le-am făcut cu douăzeci de ani în urmă. Este pentru prima dată când aceste transcrieri au devenit disponibile într-o formă tipărită. Ele nu sunt copiate însă cuvânt cu cuvânt, întrucât Abraham a corectat fiecare pagină a transcrierilor originale, modificând anumite părți cu scopul de a le face mai ușor accesibile pentru cititori, dar și mai ușor de pus în practică.

* Apărută la *Editura Adevăr Divin*, 2007

În lumea academică există un aforism plin de înțelepciune: „Spune-le oamenilor ce intenționezi să le spui, apoi spune-le ce ai de spus, iar în final, spune-le ce le-ai spus". Dacă te vei decide să urmezi învățăturile din cartea de față, vei observa probabil foarte multe repetiții. Într-adevăr, eu consider că omul învață cel mai bine prin repetiție. Nimeni nu poate continua să cultive aceleași gânduri vechi și limitate, obținând în același timp rezultate noi și nelimitate. Printr-o simplă repetiție practicată cu perseverență, orice om își poate dezvolta în timp noi obișnuințe, capabile să îi schimbe radical viața în bine.

În mass-media există o vorbă: „Oamenii preferă divertismentul știrilor serioase". Până când nu vei învăța să te distrezi învățând noi modalități de a-ți privi propria viață, această carte ți se va părea probabil mai degrabă informativă decât amuzantă. Într-adevăr, nu ai în față un roman pe care să îl citești cu plăcere, iar apoi să îl lași deoparte și să uiți de el, ci mai degrabă un manual care îți descrie principiile obținerii și menținerii stării de bunăstare financiară, de sănătate și de fericire personală, care trebuie mai întâi studiate cu atenție, iar apoi transpuse în practică.

Forța care m-a condus către obținerea acestor informații a fost dorința mea de a-i ajuta pe alți oameni să se simtă mai bine, îndeosebi în domeniul bunăstării financiare. De aceea, mă simt extrem de satisfăcut de apariția acestei cărți despre *bani*, știind că ea urmează să răspundă la întrebările multor cititori.

Această carte, *Banii și Legea Atracției*, este cea de-a doua dintr-o serie de patru cărți programate să apară pe tema

Legii atracției. Cu doi ani în urmă, Esther și cu mine am publicat *Legea Atracției: principiile de bază ale învățăturilor lui Abraham.* După această carte va urma: *Relațiile și Legea Atracției;* iar cartea care va încheia seria va fi *Spiritualitatea și Legea Atracției.*

Recitirea înainte de publicarea acestui material capabil să schimbe viața oricărui om, ne-a făcut o mare plăcere lui Esther și mie, întrucât ne-a reamintit de principiile simple pe care ni le-a explicat Abraham la începutul colaborării noastre.

Încă de la bun început, Esther și cu mine am intenționat să aplicăm învățăturile lui Abraham în viața noastră. Drept urmare, creșterea interioară și fericirea de care ne-am bucurat au fost cu totul remarcabile: după două decenii de practicare a acestor principii, Esther și cu mine suntem încă îndrăgostiți unul de celălalt. (Deși tocmai am terminat de construit noul nostru cămin din California și ne aflăm în plin proces de construire a unei noi clădiri în complexul nostru de afaceri din Texas, ne bucurăm atât de mult unul de prezența celuilalt încât ne vom petrece cea mai mare parte a anului viitor călătorind ca și până acum cu autobuzul nostru Marathon, lung de cincisprezece metri, pentru a ține împreună seminarii în întreaga țară.) În ultimii douăzeci de ani nu ne-am dus niciodată la medic și nu ne-am făcut niciun fel de analize medicale (de altfel, nici nu avem asigurări de sănătate). Nu avem nicio datorie, în schimb vom plăti anul acesta un impozit pe venit mai mare decât întreaga sumă pe care am câștigat-o împreună în toți anii de dinainte de a transpune în practică învățăturile lui Abraham. Deși pornim amândoi

de la principiul că banii și sănătatea nu ne pot *face* fericiți, Esther și cu mine găsim în permanență noi și noi modalități de a ne simți fericiți.

De aceea, ne bucurăm amândoi să îți spunem, bazându-ne pe experiența noastră personală: *„Da, ceea ce vei citi în această carte funcționează cu adevărat!"*

(Nota editorului american: Dat fiind faptul că nu există întotdeauna în vocabularul nostru cuvinte care să exprime cu acuratețe gândurile pe care le recepteaza Esther – care reflectă o realitate *Non-Fizică* – ea creează uneori noi combinații de cuvinte sau dă un sens nou unor cuvinte standard. În anumite cazuri, ea scrie pur și simplu cuvintele cu majusculă, încercând să exprime astfel că aceste cuvinte exprimă o modalitate nouă de a privi vechiul nostru mod de a înțelege viața.)

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PARTEA I

Pivotarea și Cartea Aspectelor Pozitive

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Povestea ta și *Legea Atracției*

Fiecare componentă care face parte integrantă din experiența ta de viață a fost atrasă către tine de atotputernica ***Lege a Atracției****, care a răspuns astfel gândurilor tale și poveștii de viață pe care ți-o spui singur. Actuala ta situație financiară (banii și activele pe care le deții); starea de bunăstare corporală pe care o simți, luciditatea, flexibilitatea, mărimea și forma corpului tău; mediul în care lucrezi, felul în care ești tratat la locul de muncă și răsplata pe care o primești în schimbul muncii prestate; pe scurt, întreaga fericire (sau nefericire) pe care o simți în legătură cu experiența ta de viață, privită la modul general – sunt rezultatul direct al poveștii de viață pe care ți-o spui singur. Dacă îți vei schimba intenția predominantă, propunându-ți să îți revizuiești și să îți îmbunătățești povestea pe care ți-o spui singur în fiecare zi a vieții tale, îți facem promisiunea fermă că viața ta se va schimba dramatic, începând să semene din ce în ce mai bine cu noua poveste pe care ți-o*

BUCHAREST UNIVERSITY LIBRARY

*spui. Acest lucru este inevitabil, întrucât corespunde atotputernicei **Legi a Atracției!***

Ți se pare viața din când în când nedreaptă?

Ți-ai dorit întotdeauna mai mult succes și ai făcut în acest scop tot ce ți-a stat în puteri. Ai aplicat tot ce ți-au spus cei din jur, dar succesul a întârziat să apară. Ai depus un mare efort, mai ales la început, ca să înveți tot ce trebuia să știi, ca să te afli în locul potrivit la momentul potrivit, ca să spui și să faci întotdeauna ceea ce trebuie... dar adeseori, situația ta nu s-a îmbunătățit deloc, sau în orice caz nu prea mult.

Mai târziu, când ți-a intrat în minte ideea de a face orice pentru a obține succesul, te-ai trezit că nu faci altceva decât le satisfaci așteptările celor care au stabilit înaintea ta regulile succesului. Profesorii, părinții și mentorii tăi păreau să știe ce fac și erau absolut convinși de propriile reguli ale succesului: „Fii întotdeauna punctual; fă întotdeauna tot ce îți stă în puteri; muncește din greu; fii întotdeauna cinstit; încearcă tot timpul să îți depășești actuala condiție; chiar dacă te simți obosit, parcurge încă un kilometru; nu există câștig fără durere; și mai presus de orice, nu renunța niciodată...".

De-a lungul timpului, ai constatat însă că aparenta satisfacție generată de încercarea de a obține aprobarea celor care au stabilit înaintea ta aceste reguli ale succesului nu te conduce către rezultatele promise. Și asta, oricât de mult ai

încerca. Încă și mai dezamăgit te-ai simțit când ai făcut un pas înapoi pentru a-ți lărgi perspectiva de ansamblu și ai constatat că aceste principii nu le-au adus *nici lor* succesul scontat. Pentru a înrăutăți și mai mult lucrurile, ai început să cunoști persoane care *nu* aplicau în niciun caz aceste reguli, dar care *aveau* succes, deși nu cunoșteau formula pe care ai învățat-o și ai aplicat-o cu atâta sârguință tu.

Fără să vrei, te-ai trezit astfel întrebându-te: „Ce se întâmplă? Cum este posibil ca cei care muncesc din greu să obțină atât de puțin, iar cei care par să muncească atât de puțin să obțină atât de mult? Educația mea atât de scumpă nu mi-a folosit la nimic, iar acel multimilionar a renunțat inclusiv la liceu! Tata a muncit din greu în fiecare zi din viața lui, dar familia mea a fost nevoită să împrumute bani ca să-i plătească înmormântarea... Cum se face că munca grea pe care o fac nu îmi aduce răsplata scontată, așa cum ar trebui, conform tuturor regulilor pe care le cunosc? De ce se îmbogățesc un număr atât de mic de oameni, în timp ce majoritatea de-abia reușesc să supraviețuiască? Ce îmi scapă? Ce știu acei oameni care cunosc succesul financiar, iar eu nu știu?"

Faptul că faci „tot ce îți stă în puteri" nu este suficient?

Atunci când faci tot ce îți stă în puteri, aplicând tot ce ai fost învățat pentru a obține succesul, dar acesta se lasă așteptat, este foarte ușor să devii defensiv, ba chiar mânios

pe cei care au obținut succesul pe care ți-l dorești la rândul tău. Uneori te trezești că îi condamni pe acești oameni pentru succesul lor, pentru simplul motiv că este prea dureros să îi privești bucurându-se de el, în condițiile în care tu nu ai reușit să obții același succes. Acesta este motivul pentru care am scris această carte, ca reacție la această boală cronică a succesului financiar de care suferă cultura noastră.

Atunci când ajungi să condamni deschis succesul financiar pe care ți-l dorești la rândul tău, nu numai că nu vei obține niciodată acest succes, dar îți negi singur inclusiv dreptul la sănătate și la fericire pe care ți l-a dat Dumnezeu prin naștere.

Foarte mulți oameni ajung la concluzia incorectă că cei din mediul lor fizic au conspirat împreună pentru ca ei să nu reușească în viață. Ei cred din toată inima că au făcut tot ce le-a stat în puteri pentru a obține succesul, iar faptul că acesta nu a apărut înseamnă un singur lucru: că anumite forțe malefice conspiră pentru a-i împiedica să se bucure de ceea ce își doresc cel mai mult pe lume. Noi te asigurăm că adevărata cauză a absenței lucrurilor pe care ți le dorești în viața ta, sau dimpotrivă, a prezenței lucrurilor pe care nu ți le dorești, este cu totul alta. Nimeni nu te-a împiedicat vreodată să te bucuri de succes (nici nu ar fi putut să o facă, de altfel), la fel cum nimeni nu i-a ajutat pe alții să îl obțină. Succesul fiecăruia depinde numai de el. Dacă ne-am decis să scriem această carte, am făcut-o pentru ca tu să înțelegi, o dată pentru totdeauna, că succesul tău depinde numai și numai de tine, și de nimeni altcineva.

Eu pot obține tot ceea ce îmi doresc

A sosit timpul să te întorci la adevărata natură a Ființei tale și să trăiești în mod conștient succesul pe care ți-l dorești, așa cum îl înțelegi tu, în acord cu experiența ta de viață. Dacă te vei relaxa chiar acum, respirând profund și citind cu mintea liniștită aceste rânduri, vei începe să-ți amintești gradat, dar absolut sigur, cum poate apărea în viața ta succesul, căci tu cunoști deja intuitiv acest răspuns, așa că vei simți implicit o rezonanță profundă cu adevărurile absolute despre care vei citi în această carte.

Legile eterne ale Universului sunt imuabile și conduc inevitabil către o mai mare expansiune și fericire personală. Vei afla care sunt aceste legi citind aceste rânduri, și cu fiecare nouă pagină pe care o vei citi, vei constata că îți vei înțelege din ce în ce mai bine menirea în viață și puterea personală cu care ai venit pe această lume, amintindu-ți cum poți avea acces la puterea infinită a Universului care creează lumile.

Dacă această realitate spațio-temporală are puterea de a-ți inspira o dorință, ea are cu siguranță și capacitatea de a-ți manifesta această dorință într-o manieră cât se poate de satisfăcătoare pentru tine. Acest lucru reprezintă o ***Lege.***

Succesul este dreptul meu prin naștere

Majoritatea oamenilor cred că dacă viața lor nu se îndreaptă în direcția dorită de ei, acest lucru se datorează

unei forțe exterioare care îi împiedică să o apuce în direcția dorită, căci nimeni nu își refuză singur și deliberat propriul succes. Deși învinovățirea altora te face într-adevăr să te simți mai bine decât dacă ți-ai asuma responsabilitatea pentru propriul insucces, există totuși o repercusiune negativă a acestei convingeri, potrivit căreia motivul absenței succesului în viața ta se află undeva în exterior, nu în tine: *atunci când arunci vina pe alții pentru insuccesul tău, sau atunci când le dai credit altora pentru succesul tău – tu devii incapabil să operezi vreo schimbare în viața ta.*

Dacă îți dorești din toată inima succesul, dar nu îl experimentezi (din punctul tău de vedere), înseamnă că pe diferite nivele profunde ale Ființei tale tu ești de părere că ceva nu este în regulă. Pe măsură ce această senzație interioară conflictuală se amplifică, făcându-te să devii tot mai conștient că nu obții ceea ce îți dorești, ea pune în mișcare și alte forțe contraproductive, care te fac să fii gelos pe cei care *au obținut* succesul; să îi respingi din ce în ce mai tare pe toți cei pe care simți nevoia să îi învinovățești pentru absența succesului în viața ta; sau chiar să te denigrezi singur, aceasta din urmă fiind de departe cea mai dureroasă și mai contraproductivă reacție pe care o poți avea. Această reacție neconfortabilă este nu doar absolut normală, dar reprezintă cea mai potrivită reacție a vieții în fața convingerii tale că nu ai succes.

Disconfortul tău emoțional arată foarte limpede că ceva nu este în regulă. Menirea ta în viață este să ai succes; de aceea, *este absolut normal* ca insuccesul să te facă să te simți rău. Menirea ta în viață este să te simți bine; de aceea, boala

nu trebuie acceptată. Menirea ta în viață este să te dilați din ce în ce mai mult; de aceea, stagnarea ți se va părea *întotdeauna* intolerabilă. Menirea vieții tale este să te simți bine, iar dacă nu te simți bine, înseamnă că ceva *chiar* este în neregulă.

Ceea ce este în neregulă nu reprezintă însă o injustiție și nu se datorează faptului că zeii norocului au uitat de tine sau că altcineva se bucură de succesul pe care l-ai fi binemeritat tu. Ceea ce este în neregulă este faptul că tu nu mai ești la unison cu propria ta Ființă, cu *cel-care-ești-cu-adevărat,* cu menirea pentru care te-ai născut în această viață și cu *Legile imuabile ale Universului. Ceea ce este în neregulă nu se află în exteriorul tău, într-o sferă asupra căreia nu ai niciun control. Ceea ce este în neregulă se află în interiorul tău, iar tu ai un control desăvârșit asupra acestei sfere. Asumarea acestui control nu este deloc dificilă, dacă vei înțelege* ***adevărata ta esență****, principiile elementare ale* ***Legii Atracției*** *și valoarea* ***Scalei tale de Ghidare Emoțională****, cu care te-ai născut înzestrat și care este întotdeauna prezent, întotdeauna activ și foarte ușor de înțeles.*

Banii nu sunt sursa răului, dar nici a fericirii

Acest subiect important al *banilor* și al *succesului financiar* nu reprezintă „sursa tuturor relelor", așa cum afirmă foarte mulți oameni, dar nici calea care conduce către

fericire. Dat fiind că subiectul banilor ne afectează pe toți în sute și mii de feluri în fiecare zi, el reprezintă într-adevăr un factor cheie al energiei noastre totale și al punctului personal de atracție. De aceea, dacă vom putea controla cu succes acest factor care ne afectează pe toți, în fiecare zi, vom putea spune că am realizat ceva important. Cu alte cuvinte, dat fiind că un procent atât de mare din gândurile tale zilnice se învârtesc în jurul banilor și al succesului financiar, cu cât vei ajunge mai curând să îți controlezi *în mod conștient* aceste gânduri, cu atât mai rapid vei putea obține succesul financiar. Mai mult, dovada acestui prim succes te va ajuta să îți îmbunătățești în mod deliberat și *celelalte* aspecte ale experienței tale de viață.

Dacă vei deveni un adept al *Creației Deliberate,* adică dacă îți vei propune să îți construiești în mod conștient întreaga realitate personală, respectiv să deții controlul asupra experienței tale de viață și să îți împlinești astfel menirea, atunci înțelegerea acestor aspecte discutate în această carte – *banii și Legea Atracției* – te va ajuta în toate celelalte domenii.

Eu îmi atrag singur toate experiențele

Tu te-ai născut în această viață pentru a duce o existență într-o continuă expansiune, plină de bucurie și de satisfacție. Acesta a fost planul tău atunci când ai luat decizia să te naști în acest corp fizic, în această realitate spațio-temporală. În acel moment, tu ți-ai dorit și te-ai așteptat să duci o viață

fizică palpitantă și savuroasă. Altfel spus, tu știai foarte bine că imensa varietate și marile contraste din această lume te vor stimula să îți dorești foarte multe lucruri, dar știai și faptul că toate aceste dorințe pot fi împlinite și actualizate plenar de către tine. Știai de asemenea că împlinirea vechilor dorințe va da naștere altora noi, și că acest proces nu va cunoaște niciodată sfârșit.

Tu te-ai născut în acest trup plin de entuziasm în legătură cu posibilitățile acestei experiențe de viață, iar această dorință inițială nu a dispărut deloc, indiferent de circumstanțele vieții tale, căci tu ai știut de la bun început că toate contrastele existenței în acest plan fizic reprezintă un sol fertil pentru expansiunea sufletului. *Dar mai presus de orice, tu ai știut de la bun început că te naști în această dimensiune cu o* ***Scală de Ghidare*** *care te va ajuta să nu uiți de intenția ta inițială, dar nici de nenumăratele intenții născute chiar din această experiență de viață, al căror flux nu are practic sfârșit. Pe scurt, tu ai venit în această realitate spațio-temporală mânat de un entuziasm ce nu poate fi descris în vocabularul nostru fizic.*

Nu ai fost niciodată un biet începător (nici chiar atunci când ți-ai început existența într-un corp mititel și slab). Dimpotrivă, ai fost întotdeauna un geniu creator atotputernic, care și-a creat un mediu nou, cu reguli noi ale jocului, care să facă totul să pară mai atractiv. În acest moment de început, tu știai foarte bine că va urma o perioadă de adaptare, în care va trebui să îți definești o nouă platformă, de pe care să reîncepi procesul de creație deliberată, dar nu erai deloc îngrijorat de această perioadă de adaptare. De fapt, chiar îți

savurai noul cuib în care te-ai născut, bucurându-te de cei care au venit să te salute la intrarea ta în noul mediu fizic. Deși nu puteai vorbi încă limba lor, iar cei care au venit să te salute te considerau un nou-venit care nu cunoaște nimic despre lumea lor și care va trebui să fie educat de ei, realitatea este că în acele momente de început tu dispuneai de o stabilitate spirituală și de o cunoaștere pe care ei o uitaseră de mult.

Tu te-ai născut știind că ești o Ființă atotputernică și bună, care își creează propria experiență de viață, și că la baza întregii creații din acest nou mediu stă *Legea Atracției*. La acea vreme tu îți mai aminteai încă faptul că *Legea Atracției* (sau a rezonanței) stă la baza întregului univers și știai foarte bine că aceasta te va ajuta să îți transpui în practică toate dorințele. Și chiar așa a și fost.

La începutul vieții tale tu îți mai aminteai încă faptul că tu ești creatorul propriei tale experiențe. Încă și mai important, îți aminteai perfect faptul că experiența este creată prin *gândire, nu prin acțiune.* Nu te deranja deloc că erai doar un biet copilaș care nu știa să vorbească sau să acționeze, întrucât îți aminteai perfect de senzația de Bunăstare Universală, dar și de intențiile cu care te-ai născut în acest corp fizic și de faptul că vei avea la dispoziție suficient timp pentru a învăța limbajul și metodele practicate în noul tău mediu. Dar mai presus de orice, știai că deși nu îți puteai traduce încă în cuvinte și descrieri fizice imensa cunoaștere cu care ai venit din mediul tău Non-Fizic, acest lucru nu conta deloc, căci cel mai important lucru care te putea conduce pe calea creației conștiente pline de bucurie

exista deja: știai că *Legea Atracției* este imuabilă și că *Sistemul tău de Ghidare* era deja activat atunci când te-ai născut. Și mai știai că prin încercări și prin ceea ce unii numesc „erori", va veni o vreme când te vei putea orienta perfect și conștient în noul tău mediu.

Știam de la bun început că *Legea Atracției* funcționează

Faptul că *Legea Atracției* este imuabilă în întregul univers a fost principalul motiv al încrederii cu care te-ai născut în acest nou mediu fizic, căci tu știai de la bun început că viața te va ajuta prin feedbackul ei să îți aduci aminte de acest lucru. Tu știai că la baza întregii realități stă *vibrația* și că *Legea Atracției* răspunde la aceste vibrații, organizându-le și unind lucrurile care vibrează pe aceeași frecvență, în timp ce separă lucrurile care vibrează pe frecvențe diferite.

Din toate aceste motive, tu nu erai deloc îngrijorat de faptul că nu îți puteai articula pe loc această cunoaștere și că nu le puteai explica celor din jur această lege de care au uitat, tocmai pentru că știai că puterea acestei *Legi* este atât de mare încât în scurt timp ea ți se va revela din nou, sub forma exemplelor din propria ta viață. Tu știai că nu îți va fi greu deloc să îți dai seama ce fel de vibrații emiți, întrucât *Legea Atracției* îți va da nenumărate indicii referitoare la acestea.

Altfel spus, ori de câte ori te simți *copleșit,* tu nu atragi deloc acele circumstanțe și acei oameni care te-ar putea ajuta

să ieși din această stare de neputință. Ei nu te pot găsi, din cauza vibrațiilor pe care le emiți, iar tu nu îi poți găsi pe ei. Oricât de mult ai încerca să îi găsești pe acești oameni, nu poți reuși. În schimb, cei care *apar* în viața ta nu numai că nu te pot ajuta, dar chiar te fac să te simți și mai copleșit.

În mod similar, dacă te simți *tratat nedrept*, dreptatea nu te poate găsi, căci tu nu emani vibrația potrivită. Percepția pe care o ai (de nedreptate) reprezintă o vibrație precisă, care împiedică atragerea dreptății în viața ta.

Dacă te simți scufundat în *disperarea* sau în *teama* provocată de incapacitatea ta de a te bucura de resursele financiare de care consideri că ai nevoie, dolarii și oportunitățile pe care ți le-ar putea oferi aceștia vor continua să te evite. Și asta nu pentru că ești un om rău sau nevrednic, ci pentru că *Legea Atracției* apropie întotdeauna lucrurile care vibrează pe *aceeași* frecvență, nu cele care vibrează pe frecvențe *diferite*.

Dacă te simți *sărac*, tu nu poți atrage în viața ta decât acele lucruri care te fac să te simți *sărac*. Invers, dacă te simți *prosper*, tu nu poți atrage în viața ta decât acele lucruri care te fac să te simți *prosper*. Această *Lege* este imuabilă. Dacă vei fi cât de cât atent la ceea ce simți, ea te va învăța singură cum funcționează, prin înseși experiențele vieții tale. *Dacă îți poți aduce aminte că ceea ce îți oferă viața reprezintă întotdeauna esența lucrurilor la care te gândești și dacă observi aceste lucruri, poți spune că deții cheile Creației Deliberate.*

Ce se înțelege prin *vibrație?*

Atunci când vorbim de *vibrații*, noi ne focalizăm automat atenția asupra fundamentului oricărei experiențe pe care o trăim, căci tot ceea ce există are la bază o *vibrație*. La fel de bine am putea vorbi de *energie* sau am putea folosi alți termeni conceptuali care au aceeași semnificație.

Majoritatea oamenilor înțeleg caracteristicile vibratorii ale sunetului. Dacă dăm sonorul instrumentelor noastre muzicale la maximum, noi putem chiar *simți* această natură vibratorie a sunetului.

Este foarte important să înțelegi că ori de câte ori „auzi" ceva, tu interpretezi de fapt vibrația percepută, dându-i forma sunetelor pe care le auzi. Ceea ce auzi este de fapt interpretarea pe care o dai *tu* vibrațiilor percepute. Toate simțurile tale fizice – văzul, auzul, gustul, mirosul și atingerea – există numai datorită faptului că tot ceea ce există în univers se află în vibrație, iar simțurile tale fizice citesc aceste vibrații și îți oferă anumite percepții senzoriale (interpretări ale acestor vibrații).

De aceea, dacă vei înțelege că trăiești într-un univers care vibrează pe frecvențe care alcătuiesc o armonie infinită și că tu însuți vibrezi în esența ta pe o frecvență care nu poate fi descrisă altfel decât ca perfecțiune și armonie, vei începe să realizezi ce înțelegem noi prin conceptul de *vibrație*.

Tot ceea ce există în atmosferă, în sol, în apă și în propriul tău corp se manifestă prin vibrații aflate în mișcare, gestionate de atotputernica ***Lege a Atracției.***

Aceste vibrații sunt extrem de numeroase și nu pot fi sortate de mintea noastră liniară. De altfel, ele nici nu trebuie să fie sortate de noi, întrucât *Legea Atracției* se ocupă în permanență de acest lucru, apropiind lucrurile cu naturi vibratorii asemănătoare și respingându-le pe cele care au naturi vibratorii diferite.

Emoțiile tale sunt cei mai puternici interpreți ai vibrațiilor fizice, într-o măsură mai mare decât cele cinci simțuri. Ele îți oferă în permanență feedbackul necesar referitor la armonia gândurilor tale curente (alte vibrații) prin comparație cu armonia vibratorie a esenței tale fundamentale.

Întreaga lume Non-Fizică este o lume a vibrațiilor.

Lumea fizică pe care o cunoști este o lume a vibrațiilor.

Nu există absolut nimic în afara acestei lumi a vibrațiilor.

Nu există absolut nimic care să nu fie controlat de atotputernica *Lege a Atracției.*

Înțelegerea fenomenului vibrațiilor te poate ajuta să stabilești o punte conștientă de legătură între cele două lumi.

Nimeni nu trebuie să înțeleagă complexitatea nervului său optic sau a cortexului vizual pentru a putea vedea. Nimeni nu trebuie să înțeleagă fenomenul electricității pentru a putea aprinde lumina. În mod similar, nimeni nu trebuie să înțeleagă în profunzime fenomenul vibrațiilor pentru a putea înțelege diferența dintre armonie și dizarmonie.

Dacă vei învăța să îți accepți natura vibratorie și dacă vei începe să utilizezi în mod conștient indiciile vibratorii oferite de emoțiile tale, îți vei putea controla în mod conștient creațiile personale și experiențele tale de viață.

Ori de câte ori simt o stare interioară de abundență, aceasta se transformă într-o abundență exterioară

Dacă poți stabili o corelație conștientă între ceea ce simți de mai multă vreme și ceea ce se materializează în viața ta, poți începe să operezi schimbări în experiențele tale de viață. Dacă nu ești capabil să sesizezi această corelație și continui să emiți gânduri asociate cu lipsa lucrurilor de care ai nevoie, nu vei atrage niciodată aceste lucruri în viața ta.

Din cauza acestei neînțelegeri, foarte mulți oameni își proiectează puterea personală asupra lucrurilor și forțelor din afara lor, încercând să își explice astfel de ce nu reușesc niciodată în ceea ce își propun: „Nu reușesc în viață fiindcă m-am născut într-un mediu nepropice. Nu reușesc în viață pentru că nici părinții mei nu au reușit, așa că nu m-au putut învăța cum trebuie să procedez. Nu reușesc în viață deoarece alți oameni reușesc și îmi fură astfel resursele care mi-ar fi putut aparține mie. Nu reușesc în viață fiindcă am fost înșelat, fiindcă nu merit, fiindcă nu am trăit onest în viața mea anterioară, fiindcă guvernul îmi ignoră drepturile, fiindcă soțul meu (sau soția mea) nu își face datoria... fiindcă, fiindcă, fiindcă".

Noi spunem altceva: tu nu reușești în viață pentru că emani o vibrație care nu are nimic în comun cu vibrația reușitei în viață. *Niciun om care se simte sărac (vibrând pe frecvența sărăciei) nu poate reuși în viață. Abundența nu te poate găsi decât dacă emani o vibrație a abundenței.*

Mulți oameni își pun întrebarea: „Bine, dar dacă nu îmi reușește nimic, cum Doamne iartă-mă aș putea să eman o

vibrație a reușitei și succesului?" Suntem de acord că este mai ușor să menții vibrația reușitei și succesului atunci când ai deja parte de acestea, căci tot ce ai de făcut în acest caz este să remarci bunăstarea în care te afli și simpla ta observare conștientă va fi suficientă pentru a genera încă și mai multă bunăstare. Chiar dacă îți lipsește însă ceea ce îți dorești, tu trebuie să găsești o cale de a simți esența lucrului (situației) dorit(e); în caz contrar, lucrul sau situația respectivă nu se va putea materializa niciodată în viața ta.

Nu-ți limita vibrațiile pe care le emani numai la realitatea pe care o experimentezi, căci în acest caz aceasta nu se va schimba niciodată. Descoperă o cale pentru a *simți* entuziasmul sau satisfacția pe care ți le-ar putea provoca împlinirea viselor tale chiar înainte ca acestea să prindă viață, transformându-se în realitate. Imaginează-ți în mod deliberat un scenariu care să corespundă situației pe care ți-o dorești, tocmai pentru a emite vibrația necesară, astfel încât *Legea Atracției* să poată răspunde acestei vibrații, transformând-o într-o manifestare reală... *Atunci când ceri o manifestare înainte de a emite vibrația corespondentă, tu ceri practic imposibilul. În schimb, dacă ești dispus să creezi vibrația înaintea manifestării ei – totul devine posibil. Este* ***Lege****.*

Nu îți trăi viața pe pilot automat; trăiește-o în mod conștient

Am scris această carte pentru a-ți reaminti de anumite lucruri pe care le cunoști deja pe anumite nivele ale ființei tale, cu scopul de a-ți reactiva astfel cunoașterea vibratorie

dinlăuntrul tău. Este imposibil să citești aceste rânduri, care vorbesc despre cunoașterea cu care ai venit în această lume dintr-o altă lume cu o perspectivă mai vastă, fără să începi să recunoști această cunoaștere din interior.

A sosit timpul să te trezești, adică să-ți aduci aminte de puterea ta personală și de rațiunea ta de a exista. De aceea, respiră profund, fă efortul de a te simți confortabil și citește această carte fără să te grăbești, pentru a-ți aminti astfel de esența ta vibratorie primordială...

Te afli acum într-o stare minunată de spirit: nu mai ești un copil manipulat de cei din jur, care s-a acomodat cu greu la noul lui mediu fizic, ci începi să îți aduci aminte – prin citirea acestei cărți – de adevărata putere a Ființei tale... Nu mai ești mânat încolo și încoace de atotputernica *Lege a Atracției,* ca un dop de plută pe apa agitată a unui ocean, ci ai început în sfârșit să îți reamintești și să redobândești controlul asupra propriului tău destin, călăuzindu-ți *în mod deliberat* viața după principiile atotputernicei *Legi a Atracției,* fără să mai reacționezi stupid, printr-o atitudine defensivă și acceptând neputincios tot ce îți oferă viața pe tavă. *Dacă dorești să îți schimbi într-adevăr viața, va trebui să începi să îți spui o nouă poveste a vieții, așa cum* ***îți dorești*** *să fie aceasta, și să renunți să îți mai povestești* ***cum a fost*** *viața ta până acum sau* ***cum este*** *ea în acest moment.*

Spune-ți singur povestea vieții pe care dorești să o experimentezi

Dacă dorești să îți trăiești în mod conștient viața așa cum visezi tu să fie, va trebui să ți-o imaginezi în mod deliberat. În acest scop, îți trebuie un punct de referință care să te ajute să stabilești direcția corectă a gândirii tale. Și acum, la fel ca în momentul nașterii tale, cei doi factori necesari se află deja în plin proces de operare: *Legea Atracției* (cea mai puternică și mai imuabilă *Lege* din univers) acționează nonstop, iar *Scala ta de Ghidare* este activată în interiorul tău, gata să-ți ofere feedbackul de care ai nevoie. *Nu îți mai rămâne de făcut decât un singur lucru, aparent minor, dar capabil să îți schimbe din temelie viața, și anume:* ***trebuie să îți spui povestea vieții într-o manieră diferită, așa cum dorești să se desfășoare aceasta.***

Atunci când îți spui povestea vieții tale (și te asigurăm că tu faci oricum acest lucru, aproape în fiecare zi, prin cuvintele, gândurile și acțiunile tale), încearcă să te simți bine în pielea ta. *În orice moment și în orice privință, tu te poți focaliza într-o manieră pozitivă sau negativă asupra situației prezente, căci fiecare particulă a universului și fiecare moment conțin simultan ceea ce îți dorești și absența lucrurilor pe care le dorești, așteptând ca tu să alegi varianta pe care o preferi.* Pe măsură ce aceste alegeri constante ți se revelează, tu ai posibilitatea să te concentrezi asupra lucrurilor dorite, dar și asupra celor nedorite, în toate domeniile vieții, și asta pentru că fiecare realitate are de fapt două fațete simultane: cea pe care ți-o dorești și cea pe care nu ți-o dorești. Este ușor să îți dai seama asupra căreia dintre

ele te concentrezi în momentul de față, ținând cont de ceea ce simți. În acest fel, tu poți schimba realitatea în care te afli în orice moment.

Orice realitate are de fapt două fațete

Iată câteva exemple care te pot ajuta să înțelegi că orice realitate reprezintă de fapt două realități:

Abundență / Sărăcie (lipsa abundenței)
Sănătate / Boală (lipsa sănătății)
Fericire / Tristețe (lipsa fericirii)
Claritate / Confuzie (lipsa clarității)
Vitalitate / Oboseală (lipsa vitalității)
Cunoaștere / Îndoială (lipsa cunoașterii)
Interesat / Plictisit (lipsa interesului)
Pot face acest lucru / Nu pot face acest lucru
Îmi doresc să cumpăr acest lucru / Nu îmi pot permite să cumpăr acest lucru
Doresc să mă simt bine / Nu mă simt bine
Îmi doresc mai mulți bani / Nu am suficienți bani
Îmi doresc mai mulți bani / Nu știu cum să fac rost de acești bani
Îmi doresc mai mulți bani / Alți oameni obțin mai mulți bani decât merită
Doresc să fiu suplu / Sunt gras
Îmi doresc o nouă mașină / Mașina mea este veche
Îmi doresc un iubit (o iubită) / Nu am niciun iubit (nicio iubită)

Citind lista de mai sus, ți-ai dat cu siguranță seama care sunt opțiunile pe care le considerăm noi mai bune în fiecare caz în parte, dar este posibil să fi trecut cu vederea un lucru minor, dar extrem de important: oamenii au tendința să prezinte adevărul (să spună lucrurilor pe nume), și nu să afirme ceea ce își doresc. Această tendință reprezintă principalul factor care stă la baza tuturor creațiilor noastre greșite, care nu includ și lucrurile pe care ni le dorim. Niciun alt factor nu este mai important decât acesta. Toate exemplele și exercițiile oferite în această carte au ca principal scop să te orienteze către ceea ce *îți dorești,* nu să explice realitatea ta *actuală. Dacă dorești ca* ***Legea Atracției*** *să îți aducă o altă realitate, începe să îți spui o poveste diferită a vieții.*

Care este povestea pe care nu mi-o spun?

O manieră foarte eficientă de a începe să îți spui noua poveste a vieții constă în a asculta povestea pe care ți-o spui acum. Ori de câte ori te surprinzi făcând o afirmație contrară realității pe care ți-o dorești, oprește-te și spune-ți: „Cu siguranță, știu perfect ce *nu* îmi doresc. Ce *îmi doresc,* de fapt?" Afirmă-ți apoi dorința reală, într-o manieră cât mai voluntară și mai emfatică:

Detest mașina pe care o am, care este urâtă, veche și uzată.

Îmi doresc o mașină frumoasă, nouă și care să nu se strice tot timpul.

Sunt gras.
Doresc să fiu suplu.

Patronul nu mă apreciază.
Doresc ca patronul meu să mă aprecieze.

Mulți cititori vor protesta, afirmând că această simplă reformulare a cuvintelor nu le va aduce peste noapte o mașină nouă și strălucitoare în curtea din fața casei, nu le va transforma instantaneu corpul gras într-unul suplu și nu îl va face pe patron să își schimbe personalitatea pentru a-și trata diferit angajații. Ei bine, acești cititori se înșeală. Atunci când te focalizezi în mod deliberat asupra unei realități dezirabile, afirmând că ea există deja în maniera *dorită* de tine, această atitudine conduce în timp la o schimbare a stării tale de spirit în privința realității respective, care indică o schimbare a vibrației tale interioare.

Atunci când vibrația interioară se schimbă, odată cu ea se schimbă și punctul de atracție, iar atotputernica ***Lege a Atracției*** *determină rapid schimbarea realității manifestate. Este imposibil să vorbești în permanență despre situațiile pe care dorești să le experimentezi în viață, fără ca universul să nu îți furnizeze rapid esența acestor situații.*

Procesul de pivotare îmi poate reorienta viața

Procesul de pivotare se referă la o transformare interioară, care determină apoi transformarea exterioară

dorită. El constă în recunoașterea faptului că orice realitate are două fațete, urmată de alegerea deliberată a realității *dorite* (alegere manifestată prin cuvinte sau prin gânduri). Această *pivotare* interioară te va ajuta să îți activezi în interior vibrațiile dorite în toate domeniile vieții. Odată activate aceste vibrații, ele vor tinde să atragă în viața ta esența lucrurilor sau situațiilor pe care ți le dorești, care vor începe astfel să prindă viață pentru tine.

Dorim să facem o clarificare importantă: dacă descrii în cuvinte ceea ce îți dorești, dar simți o stare de *îndoială* legată de aceste afirmații, *numai* cuvintele nu îți vor aduce realitatea pe care ți-o dorești, căci adevăratul indicator al direcției creatoare a vibrațiilor emise de tine (prin gândurile tale) sunt *emoțiile. **Legea Atracției** nu reacționează la cuvintele pe care le rostești, ci la vibrațiile pe care le emani.*

Pe de altă parte, dat fiind că nu poți vorbi despre ceea ce *îți dorești* și despre ceea ce *nu îți dorești* în același timp, cu cât vei vorbi mai frecvent despre ceea ce *îți dorești,* cu atât mai rar vei vorbi despre ceea ce *nu îți dorești.* Dacă vei fi suficient de perseverent în această practică, vei putea schimba în timp (de regulă, într-un timp destul de scurt) balanța vibrațiilor tale. Altfel spus, dacă vei rosti suficient de des ceea ce îți dorești, vei ajunge la un moment dat să simți cu adevărat ceea ce afirmi.

Există însă un aspect încă și mai important al acestui *proces de pivotare: dacă viața pare să te orienteze într-o direcție negativă, către lipsa unei situații dorite, și dacă îți aduci aminte să îți pui întrebarea cheie: „Știu ce **nu** îmi doresc, dar ce anume **îmi doresc**"?, răspunsul la această întrebare este suficient pentru a produce o schimbare a*

vibrației tale interioare, căci reprezintă în sine o recunoaștere a realității tale lăuntrice. ***Pivotarea*** *reprezintă un instrument extrem de eficient, care îți poate îmbunătăți pe loc calitatea vieții.*

Eu sunt creatorul propriilor mele experiențe de viață

Tu ești creatorul propriilor tale experiențe de viață. În această calitate, este important să înțelegi că tu nu creezi prin acțiunile tale, adică prin ceea ce faci, ci prin gândurile pe care le emani.

De altfel, este imposibil să acționezi în vreun fel (inclusiv să vorbești) fără să gândești în același timp. În schimb, este perfect posibil să emani o vibrație-gând fără să rostești niciun cuvânt și fără să acționezi în vreun fel. Copiii mici învață să imite vibrația adulților din jurul lor cu mult timp înainte să învețe să le imite cuvintele.

Orice gând pe care îl emiți are propria sa frecvență de vibrație. Orice idee care îți trece prin minte, indiferent dacă reprezintă o amintire din trecut, o influență din partea unei alte persoane sau o combinație între o opinie personală și opinia unei alte persoane, orice gând care îți trece prin minte *chiar acum* – vibrează pe o frecvență unică, iar atotputernica *Lege a Atracției* face ca acest gând să atragă către sine toate gândurile similare. Împreună, aceste gânduri combinate vibrează pe o frecvență chiar mai puternică decât gândul inițial. În virtutea aceleiași *Legi a Atracției,* ele vor atrage noi

și noi gânduri similare, până când acestea vor deveni suficient de puternice pentru a atrage situația „reală" în viața ta.

Toți oamenii, toate circumstanțele, evenimentele și situațiile sunt atrase către tine de puterea gândurilor pe care le emiți. Dacă vei înțelege acest mecanism prin care atragi în viața ta acei oameni și acele situații care corespund gândurilor tale, vei putea găsi în tine fermitatea de care ai nevoie pentru a-ți schimba gândurile, astfel încât să atragi în viața ta oamenii și situațiile pe care ți le dorești cu adevărat.

Gândurile aliniate sunt acele gânduri care te fac să te simți bine

Mulți oameni cred că Ființa lor înseamnă mult mai mult decât aspectul ei manifestat în realitatea fizică prin trupul lor din carne și oase. Atunci când vorbesc despre acest aspect mai vast al ființei lor, oamenii folosesc cuvinte precum *Suflet, Sursă* sau *Dumnezeu.* Atunci când vorbim de acest aspect mai vast al ființei tale, noi îl numim de regulă *Ființa Interioară,* dar eticheta pe care o folosim pentru a descrie acest aspect etern al ființei nu este importantă în sine. Ceea ce contează este ca tu să înțelegi că acest *Eu* mai mare există cu adevărat, și că el joacă un rol fundamental în experiențele pe care le trăiești pe această planetă.

Orice gând, orice cuvânt și orice acțiune care îți aparține se desfășoară pe fundalul acestei perspective infinite a Ființei. Motivul pentru care tu îți poți da seama în orice moment ce anume *îți dorești* pornind de la ce *nu îți dorești* este că acest

aspect vast al Ființei tale își focalizează atenția nedivizată asupra lucrurilor pe care *ți le dorești.*

Dacă vei face efortul conștient de a-ți orienta zilnic gândurile în direcția pe care *ți-o dorești,* și asta din ce în ce mai mult, vei începe să te simți din ce în ce mai bine, întrucât noile vibrații activate de gândurile tale îmbunătățite vor corespunde într-o măsură din ce în ce mai mare vibrației părții Non-Fizice a Ființei tale, care este infinit mai vastă decât cea fizică. Dorința ta de a emite gânduri care te fac să te simți bine te va ghida către o mai bună aliniere cu Perspectiva Infinită a *Ființei tale Interioare.* De fapt, este imposibil să te simți bine dacă gândurile pe care le emiți în momentul de față nu corespund perfect gândurilor *Ființei tale Interioare.*

Spre exemplu, dacă *Ființa ta Interioară* se focalizează asupra valorii tale, ori de câte ori îți identifici un defect, emoția negativă pe care o generează această constatare atestă faptul că în ființa ta s-a produs o divizare și că tu opui rezistență în fața gândurilor (vibrațiilor) emanate de *Ființa ta Interioară.* Dacă aceasta se focalizează asupra succesului tău, iar tu optezi pentru a te considera un ratat, tu ieși practic din rezonanța cu perspectiva mai largă a *Ființei tale Interioare.*

Cum să îmi percep lumea prin ochii Sursei

Prin alegerea unor gânduri care te fac să te simți mai bine și prin afirmarea cât mai frecventă a lucrurilor pe care *ți le dorești* în viață, simultan cu afirmarea din ce în ce mai

puțin frecventă a lucrurilor pe care *nu ți le dorești,* tu te poți realinia încetul cu încetul la vibrația superioară, mai înțeleaptă, a *Ființei tale Interioare.* Alinierea vibratorie la această Perspectivă mai Amplă conduce la un veritabil paradis terestru, întrucât permite vizualizarea lumii fizice dintr-o perspectivă superioară, a perfecțiunii. *Percepția lumii în care trăiești prin ochii Sursei reprezintă cu adevărat cea mai spectaculoasă perspectivă asupra vieții, întrucât din acest punct de vedere tu nu vezi și nu atragi decât ceea ce consideri a fi ideal pentru tine.*

Esther traduce vibrația lui Abraham în limbajul nostru rostit sau scris relaxându-se și permițând în mod deliberat vibrației Ființei sale să se înalțe și să se armonizeze cu vibrația Non-Fizică a lui Abraham. Ea face acest lucru de atâția ani încât fenomenul a devenit cât se poate de natural pentru ea. Esther a înțeles de multă vreme avantajul alinierii vibrației sale astfel încât să poată traduce cunoașterea receptată într-un limbaj care să poată fi înțeles de prietenii noștri din planul fizic, dar nu a înțeles cu adevărat un alt beneficiu minunat al acestei alinieri până într-o dimineață frumoasă de primăvară, când s-a îndreptat pe jos către poarta domeniului pentru a o deschide, astfel încât partenerul ei să poată ieși cu automobilul din curte[1].

În timp ce stătea la poartă și îl aștepta, ea s-a uitat în sus, iar cerul i s-a părut mai frumos ca oricând până atunci: avea o culoare foarte intensă, iar contrastul dintre albastrul

[1] Cel care scrie această carte este Abraham, nu cei doi autori. Acesta folosește de regulă pronumele „noi" și se referă la Esther și Jerry Hicks la persoana a treia. (n. tr.)

cerului senin și albul norilor i s-a părut izbitor. Esther putea auzi ciripitul păsărelelor, deși acestea erau atât de departe încât nu le putea vedea. Sunetele scoase de păsărele i s-au părut atunci atât de frumoase încât au trecut-o fiori pe șira spinării. Mai mult, i se părea că păsărelele ciripesc direct deasupra capului ei, sau de pe umărul ei. A devenit apoi conștientă de numeroasele miresme emanate de flori, de alte plante și de pământul reavăn, care o învăluiau de pretutindeni. Pe scurt, se simțea vie și fericită, ca și cum s-ar fi aflat în mijlocul unui paradis terestru. De aceea, ea a exclamat cu voce tare: „Nu este posibil să fi existat vreodată în întregul univers un moment mai frumos decât acesta, cel pe care îl trăiesc aici și acum!"

Apoi a adăugat: „Abraham, *tu ești,* nu-i așa?" Iar noi am zâmbit folosindu-ne de buzele sale, căci ne-a surprins privind prin ochii ei, auzind prin urechile sale, mirosind prin nasul ei și simțind prin pielea ei.

„Așa este, i-am răspuns noi. Ne bucurăm de frumusețea incomparabilă a lumii tale prin intermediul corpului tău fizic".

Astfel de momente în care simți un extaz absolut sunt momente de aliniere perfectă cu Sursa dinlăuntrul tău. Alte momente de aliniere perfectă cu Sursa sunt cele în care te simți complet captivat de o idee sau de o pasiune. De fapt, cu cât te simți mai bine, cu atât mai aliniat ești cu Sursa ta, adică cu *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Această aliniere cu Perspectiva ta Superioară nu numai că îți permite să manifești mai rapid lucrurile sublime pe care ți le dorești în viață, cum ar fi o relație minunată, o carieră

de succes și resursele de care ai nevoie pentru a face toate lucrurile pe care îți dorești cu adevărat să le faci – dar te ajută și să te bucuri într-o mai mare măsură de fiecare moment al vieții tale. *Pe măsură ce te vei racorda din ce în ce mai bine la perspectiva* ***Ființei tale Interioare****, vei experimenta din ce în ce mai des momente de luciditate absolută, de satisfacție și de iubire. Aceasta este maniera în care ți-ai propus să îți trăiești viața atunci când te-ai născut în această lume minunată, în această epocă minunată și în acest corp minunat.*

Eu pot opta în mod deliberat pentru a mă simți mai bine

Motivul pentru care Esther a fost capabilă în acel moment să lase perspectiva mai amplă a lui Abraham să se manifeste prin ea, asigurându-i o experiență atât de sublimă, a fost acela că și-a început acea zi căutând motive să se simtă mai bine. Primul lucru pe care l-a făcut în acea dimineață, în timp ce se afla încă în pat, a fost să caute un motiv de a se simți mai bine, iar acest prim gând de bunăstare a atras altele, care au continuat să îl amplifice, până când a ajuns la poartă (moment care s-a petrecut două ore mai târziu). Prin alegerea *deliberată* a primului gând cu care și-a început ziua, ea și-a ridicat frecvența de vibrație pe un nivel suficient de înalt, punându-se astfel la unison cu *Ființa sa Interioară,* fapt care i-a permis acesteia din urmă să interacționeze cu ea.

Gândul pe care îl alegi chiar acum atrage noi și noi gânduri pe aceeași frecvență. În plus, el îți poate asigura

și premisele alinierii cu ***Ființa ta Interioară****. Cu cât vei gândi și vei afirma mai frecvent și într-o manieră mai deliberată ceea ce* ***îți dorești****, gândindu-te și afirmând din ce în ce mai rar ceea ce* ***nu îți dorești****, cu atât mai des te vei trezi aliniat cu esența pură și pozitivă a Sursei tale. În aceste condiții, viața ta va putea deveni un veritabil paradis terestru.*

Pot fi bolile cauzate de emoțiile negative?

Experiența pe care a trăit-o la poartă Esther a fost dramatic amplificată de alinierea ei vibratorie cu Sursa sa, și implicit cu Bunăstarea absolută. La fel de posibilă este însă și experiența opusă, atunci când omul se află în *dizarmonie* cu Sursa sa și cu Bunăstarea absolută. Bolile, care nu sunt altceva decât o absență a Bunăstării, apar întotdeauna atunci când omul iese din starea de rezonanță cu Bunăstarea universală.

Ori de câte ori ți s-a întâmplat să experimentezi o *emoție negativă* (cum ar fi *teama, îndoiala, frustrarea, singurătatea,* și așa mai departe), acea emoție a fost rezultatul unui gând pe care l-ai emis pe o frecvență disonantă față de cea a *Ființei tale Interioare.* Prin acumularea tuturor experiențelor sale de viață – fizice și non-fizice deopotrivă – *Ființa ta Interioară* sau *Eul tău Total* a evoluat, ajungând la o mare *cunoaștere.* De aceea, ori de câte ori te focalizezi asupra unui gând care se află în disonanță cu cunoașterea *Ființei tale Interioare,* rezultatul va fi o emoție negativă.

Dacă stai prea mult pe un picior, împiedicând astfel circulația normală a sângelui prin acesta, sau dacă îți strângi prea tare fularul în jurul gâtului, restricționând astfel fluxul de oxigen, tu vei simți imediat efectele acestor restricții. În mod similar, dacă emiți gânduri care sunt în disonanță cu gândurile *Ființei tale Interioare,* fluxul *Energiei* sau *Forței Vitale* care pătrunde în corpul tău fizic va fi blocat sau restricționat, iar consecința va fi o emoție negativă. *Dacă îi vei permite acestei emoții negative să dureze o perioadă suficient de lungă de timp, aceasta va atrage după sine inclusiv o deteriorare a stării tale de sănătate fizică.*

Îți reamintim: orice realitate are de fapt două fațete: *una pe care ți-o dorești* și *absența realității pe care ți-o dorești.* Este ca și cum ai lua un băț în mână. Acesta are două capete: unul simbolizează realitatea pe care *ți-o dorești,* iar celălalt realitatea pe care *nu ți-o dorești.* De pildă, bățul numit „Bunăstare fizică" are două capete: bunăstarea fizică și boala. Bolile nu apar numai pentru că oamenii privesc aspectul negativ al realității numite „Bunăstare fizică", ci și pentru că s-au obișnuit de prea multă vreme să privească numai ceea ce *nu* își doresc de la viață.

Atunci când întreaga ta atenție este focalizată aproape exclusiv asupra lucrurilor pe care *nu* ți le dorești în viață, în timp ce atenția *Ființei tale Interioare* este focalizată în întregime asupra lucrurilor pe care *și le dorește,* în timp se produce o divizare între tine și *Ființa ta Interioară.* Aceasta este esența oricărei boli: o divizare între tine și *Ființa ta Interioară* generată de gândurile tale conștiente.

Pivotarea de la proasta dispoziție la buna dispoziție

Toată lumea dorește să se simtă bine, dar majoritatea oamenilor cred că nu se pot simți bine *decât dacă* toate lucrurile din jurul lor sunt *deja* perfecte. De fapt, tot ceea ce simt ei se datorează în totalitate lucrurilor pe care le observă în jurul lor. Dacă situația pe care o observă le este pe plac, ei se simt bine, iar dacă situația nu le este pe plac, ei se simt rău. Cei mai mulți dintre oameni nu reușesc să se simtă în permanență bine, întrucât pornesc de la premisa că pentru a se simți bine, circumstanțele exterioare din jurul lor trebuie să se schimbe mai întâi. În același timp, ei sunt convinși că nu au puterea de a schimba singuri aceste circumstanțe.

Dacă ai înțeles faptul că orice realitate are simultan două fațete – cea dorită de tine și absența ei – tu poți învăța să privești înainte de toate aspectele pozitive ale realității pe care o contempli, indiferent care este aceasta. *Aceasta este întreaga esență a **Procesului de Pivotare**: căutarea unei maniere mai potrivite (care să te facă să te simți mai bine) de a privi realitatea cu care te confrunți.*

Dacă te afli într-o situație neplăcută (nedorită), care te face să te simți rău, dar ești capabil să îți spui: „Știu ce *nu* îmi doresc... dar ce anume *îmi doresc?*", frecvența de vibrație a Ființei tale se schimbă (datorită schimbării obiectului atenției tale), iar odată cu ea se va schimba și punctul tău de atracție. Ai astfel posibilitatea să începi să îți spui o altă poveste a vieții. În loc să îți spui: „Nu am

niciodată suficienți bani", tu îți poți spune: „De-abia aștept să am mai mulți bani". Această afirmație diferă fundamental de prima prin vibrația (inclusiv prin emoția) care stă la baza ei și care te va conduce – în timp – la un rezultat diferit.

*Dacă vei continua să te întrebi în permanență: „Ce anume **îmi doresc**?", mai devreme sau mai târziu te vei trezi în situația dorită, căci este imposibil să te întrebi încontinuu ce anume **îți dorești** fără să îți schimbi radical direcția în care se îndreaptă viața ta (către situația dorită). Procesul va fi gradual, desigur, dar aplicarea continuă a acestei metode te poate conduce la rezultate cu totul neașteptate (și absolut pozitive) în numai câteva zile.*

Sunt la unison cu dorințele mele?

Procesul de Pivotare este așadar cât se poate de simplu: ori de câte ori devii conștient că simți o emoție negativă (care atestă lipsa ta de armonie cu ceea ce îți dorești cu adevărat), atitudinea cea mai evidentă pe care trebuie să o adopți constă în a te opri și a-ți spune: *„Simt o emoție negativă, ceea ce înseamnă că nu sunt în armonie cu ceva ce îmi doresc. Ce anume îmi doresc, de fapt?"*

Ori de câte ori simți o emoție negativă, tu te afli de fapt în cea mai bună poziție pentru a identifica ce anume îți dorești în clipa de față. Niciodată nu-ți poate fi mai clar ce anume *îți dorești* cu adevărat ca atunci când experimentezi ceea ce *nu îți dorești*. De aceea, de îndată ce ai devenit conștient de emoția ta negativă, oprește-te chiar atunci din

ceea ce faci și spune-ți în sinea ta: *„În mod evident, se întâmplă ceva important. În caz contrar, nu aș simți această emoție negativă. Bun, ce anume îmi doresc, de fapt?"* În continuare, focalizează-ți atenția asupra realității pe care ți-o dorești... *În clipa în care îți vei focaliza atenția asupra realității dorite, atracția negativă exercitată de gândurile tale anterioare se va opri, fiind înlocuită cu atracția pozitivă a noilor tale gânduri. Începând din acel moment, starea ta interioară se va schimba radical: în loc să te simți rău, tu vei începe să te simți bine. Aceasta este esența* ***Procesului de Pivotare.***

Ce îmi doresc, și *de ce?*

Poate cea mai puternică rezistență pe care o opun oamenii ideii de a-și schimba povestea vieții se datorează convingerii lor că trebuie să spună întotdeauna „adevărul" despre situația în care se află. Dacă ai înțeles însă că *Legea Atracției* reacționează întotdeauna la povestea vieții tale pe care ți-o spui „în prezent", perpetuând astfel la infinit situația neplăcută în care te afli, tu poți lua decizia de a-ți spune o cu totul altă poveste a vieții, care corespunde într-o mai mare măsură realității pe care *ți-o dorești.* Dacă devii conștient de ce *nu îți dorești,* după care îți pui întrebarea: „Ce anume *îmi doresc,* de fapt?", definind din ce în ce mai detaliat realitatea în care ți-ai dori să trăiești, în ființa ta se va produce o schimbare graduală care va modifica inclusiv punctul tău de atracție.

Este întotdeauna util să îți aduci aminte că viața îți oferă întotdeauna esența lucrurilor pe care le gândești, indiferent dacă îți dorești sau nu acest lucru, întrucât așa operează ***Legea Atracției,*** *care nu dă greș niciodată. De aceea, ori de câte ori îți spui povestea „realității tale prezente", tu îți spui inclusiv povestea experiențelor tale viitoare, pe care ți le creezi chiar acum.*

Mulți oameni înțeleg greșit *Procesul de Pivotare,* pornind de la prezumția incorectă că acesta presupune să privească o realitate *nedorită* de ei, încercând să se convingă apoi că trebuie neapărat să *își dorească* această realitate. Ei cred că noi le cerem să accepte un principiu *greșit,* declarându-l *corect,* sau că încercăm să îi păcălim astfel încât să accepte ceva ce nu își doresc. Nimeni nu se poate *păcăli* însă singur că se simte mai bine, întrucât emoțiile nu dau greș niciodată, și ele reprezintă întotdeauna rezultatul unor gânduri pe care omul le-a ales singur.

Este minunat faptul că îți poți trăi viața observând lucrurile pe care *nu ți le dorești* și trăgând astfel concluzii clare referitoare la lucrurile pe care *ți le dorești.* Dacă îți pasă de ceea ce simți, tu poți aplica oricând dorești *Procesul de Pivotare* pentru a-ți direcționa din ce în ce mai mult atenția către lucrurile pe care *le dorești* în viața ta, în detrimentul celor *nedorite. Legea Atracției* va răspunde astfel noilor tale gânduri, care te fac să te simți mult mai bine, transformând experiențele tale de viață astfel încât acestea să corespundă din ce în ce mai mult aspectelor pe care *ți le dorești* și din ce în ce mai puțin celor pe care *nu ți le dorești.*

Dacă vei aplica în mod deliberat ***Procesul de Pivotare,*** *adică dacă îți vei alege în mod deliberat propriile gânduri,*

și implicit un nou punct vibratoriu de atracție, tu îți vei alege practic scenariul pe care îl va urma în continuare viața ta. ***Pivotarea*** *este procesul focalizării deliberate a atenției, cu intenția de a-ți redirecționa astfel experiențele de viață.*

Eu mă pot simți mai bine chiar acum

Mulți oameni se plâng că le-ar fi mult mai ușor să se focalizeze asupra aspectelor pozitive ale vieții dacă le-ar constata în experiențele lor directe de viață. Ei își dau seama (pe bună dreptate) că este mult mai ușor să te simți bine într-o situație pozitivă care se întâmplă deja. Suntem și noi de acord că este mai ușor să te simți bine atunci când lucrurile pe care le observi în viața ta sunt deja bune. Există însă și o altă față a monedei: dacă pornești de la premisa că nu te poți focaliza decât asupra situației *reale,* iar aceasta nu îți este pe plac, atunci riști să aștepți o întreagă viață ca situația să se schimbe, întrucât focalizarea atenției tale asupra situației *nedorite* te împiedică să ai acces la situația *dorită.*

Nu te obligă nimeni să aștepți o situație fericită pentru a te simți bine, întrucât tu ai capacitatea de a-ți direcționa gândurile către îmbunătățirea situației prezente, indiferent care este aceasta. Dacă îți pasă de ceea ce simți și dacă ești dispus să îți focalizezi atenția către alte gânduri, care te fac să te simți mai bine, tu poți începe chiar acum să îți transformi viața într-o manieră pozitivă și deliberată.

Toate situațiile concrete care se manifestă în experiențele tale de viață apar ca răspuns la vibrațiile pe care

le emiți. Acestea corespund gândurilor tale. Altfel spus, tu îți poți da seama cu ușurință cât de benefice sunt gândurile tale, ținând cont de ceea ce te fac ele să simți. Schimbă-ți gândurile cu unele care te fac să te simți bine și realitatea se va modela după chipul și asemănarea lor.

Foarte mulți oameni își spun: „Mi-ar fi mult mai ușor să fiu fericit dacă m-aș afla într-un alt loc; dacă relația mea ar fi mai armonioasă; dacă aș putea trăi mai ușor alături de partenerul meu; dacă nu aș avea aceste dureri fizice sau dacă trupul meu ar arăta altfel; dacă munca mea mi-ar oferi mai multe satisfacții; sau dacă aș avea mai mulți bani... Dacă aceste condiții de viață ar fi mai bune, m-aș simți mai bine și mi-ar fi mult mai ușor să emit gânduri pozitive".

Este adevărat că situațiile plăcute te fac să te simți bine și că este mult mai ușor să te simți fericit atunci când te afli într-o astfel de situație, dar nimeni nu le poate cere celor din jur să facă numai ce dorește el. Este absurd să te aștepți ca toată lumea să îți facă pe plac, și asta din mai multe motive: (1) ceilalți oameni nu au nicio responsabilitate să-ți asigure ție bunăstarea interioară; (2) chiar dacă și-ar dori, ei nu pot controla condițiile pe care ți le-ai creat singur în viață; și (3) – iar acest motiv este cel mai important între toate – dacă lucrurile s-ar petrece astfel, tu ai renunța de bunăvoie la puterea ta de a-ți crea propria experiență de viață.

De aceea, ia decizia să nu mai privești și să nu mai cauți decât acele aspecte ale realității înconjurătoare care te fac să te simți bine. În acest fel, viața ta va începe să includă treptat numai aspecte care te fac să te simți bine.

Focalizarea atenției asupra lucrurilor nedorite atrage și mai multe lucruri nedorite în viața ta

Fiecare situație plăcută are o contraparte neplăcută, căci fiecare particulă din univers conține un aspect pozitiv și unul negativ. Atunci când te focalizezi asupra unei situații neplăcute în speranța de a o îndepărta, tu nu faci decât să ți-o apropii și mai mult, întrucât Legea Atracției conduce întotdeauna la manifestarea acelor aspecte asupra cărora ne focalizăm atenția, indiferent dacă le dorim sau nu în viața noastră.

Tu trăiești într-un univers bazat pe „includere", în care nu există „excludere". Dacă vezi ceva ce îți place și îi spui da, este ca și cum i-ai spune: „Da, doresc ca acest lucru *să vină la mine*". Dacă vezi ceva ce nu-ți place și îl respingi vehement, este ca și cum i-ai spune: *„Vino la mine,* chiar dacă nu-mi place de tine!"

Întreaga realitate care ne înconjoară este alcătuită din *aspecte care ne plac* și *aspecte care ne displac.* Nu depinde decât de tine asupra cărora dintre ele dorești să te concentrezi. Consideră că mediul înconjurător este alcătuit dintr-un număr nelimitat de opțiuni și alege-ți cu mai multă atenție gândurile pe care le emiți. Dacă vei începe să emiți acele gânduri care te fac să te simți bine, adică să îți spui o poveste diferită despre viața ta, despre oamenii pe care îi cunoști și despre experiențele pe care le trăiești, vei constata în scurt timp că viața ta va începe să se transforme, imitând esența noii povești de viață (îmbunătățită) pe care ți-o spui.

Mă focalizez asupra lucrurilor pe care le doresc, sau asupra celor pe care nu le doresc?

Uneori, ți se întâmplă să crezi că ești focalizat asupra lucrurilor pe care le dorești, dar să procedezi exact invers. Simplul fapt că afirmi cuvinte pozitive și că zâmbești din vârful buzelor atunci când le rostești nu înseamnă că emiți automat o vibrație pozitivă. De aceea, trebuie să fii întotdeauna atent la ceea ce *simți* atunci când rostești diferite afirmații, pentru a te asigura astfel că emiți într-adevăr vibrația potrivită pentru a atrage în viața ta ceea ce *îți dorești*, și nu ceea ce *nu îți dorești*.

Focalizează-te asupra soluției, nu asupra problemei

În mijlocul unei „secete grave", după cum a numit-o prezentatorul de la meteo, prietena noastră Esther se plimba odată pe aleile proprietății sale din Texas Hill Country. Ea a văzut că iarba este uscată și și-a făcut griji pentru frumoșii copaci și arbuști care creșteau pe proprietate și care începeau să dea semne de ofilire din cauza absenței ploii. Esther a observat că băița pentru păsări era goală, deși o umpluse cu numai câteva ore înainte, după care și-a amintit de căprioara care a sărit gardul și care a dorit probabil să bea puțina apă din micul bazin. În timp ce reflecta la gravitatea situației, ea s-a oprit din mers, s-a uitat în sus și a spus cu o voce foarte fermă și cu o intonație absolut pozitivă: „Abraham, vreau să plouă".

Noi i-am răspuns imediat: „Deși te afli în mijlocul unei situații de lipsă acută, tu chiar crezi că o să plouă?"

„Bine, dar unde greșesc?" ne-a întrebat ea.

Noi i-am răspuns tot printr-o întrebare: *„De ce* îți dorești să plouă?"

Esther ne-a răspuns: „Doresc să plouă pentru a reîmprospăta pământul, pentru ca toate animalele și plantele să aibă apă de băut. Doresc să plouă pentru ca iarba să înverzească, pentru a mă bucura de apa care curge pe pielea mea și pentru ca toată lumea să se simtă mai bine".

Noi i-am spus: „Ei bine, în acest caz putem să-ți confirmăm că prin vibrația ta, tu ai început deja să atragi ploaia".

Întrebarea noastră: *„De ce* îți dorești să plouă?" a ajutat-o pe Esther să își mute atenția de la *problemă* către *soluție.* Ori de câte ori te întrebi *de ce* îți dorești un anumit lucru, vibrația ta se schimbă, *pivotând* în direcția dorită de tine. Dacă începi să te gândești din nou la *felul* în care se va întâmpla evenimentul dorit, *când* sau datorită *cui,* tu îți schimbi iarăși vibrația, orientând-o din nou asupra problemei.

Atunci când am întrebat-o pe Esther *de ce* își dorește să plouă, noi am ajutat-o să își mute atenția de la problema în sine, iar atenția ei a *pivotat.* Ea a început să se gândească nu doar la *ce* își dorește, ci și la *motivul* pentru care își dorește acest lucru. Într-adevăr, în acea după-amiază a plouat, iar crainicul de la meteo a anunțat „o furtună izolată și cu totul neobișnuită în Hill Country."

Gândurile tale sunt foarte puternice, iar controlul tău asupra propriilor tale experiențe este mai mare decât îți poți imagina la ora actuală.

Ceea ce îmi doresc *cu adevărat* este să mă simt bine

Un tată tânăr a ajuns la capătul răbdării văzând că micuțul său fiu își udă patul în fiecare noapte. El se simțea nu doar frustrat de necesitatea de a schimba așternutul în fiecare dimineață, ci și îngrijorat de problemele emoționale pe care le putea produce acest comportament al fiului său, care continua de atât de multă vreme. Ca să fim sinceri, el se simțea și puțin stânjenit de acest comportament. „Este prea mare ca să își mai ude patul", ni s-a plâns el.

L-am întrebat: „Ce se întâmplă atunci când intri dimineața în dormitorul fiului tău?"

„De îndată ce intru în camera lui, ne-a răspuns el, îmi dau seama după miros că și-a udat din nou patul".

„Și cum te simți în acel moment?"

„Neajutorat, furios și frustrat. Povestea asta durează de prea multă vreme și nu mai știu ce să fac".

„Ce îi spui fiului tău?"

„Îi spun să iasă din acel așternut ud și să facă o baie. Îi mai spun că este prea mare ca să facă noaptea în pat și că am mai discutat de o mie de ori despre acest subiect".

I-am spus tatălui că în acest fel nu face decât să perpetueze comportamentul fiului său. I-am explicat: *„Atunci când ceea ce simți este controlat de o condiție, nu vei putea schimba niciodată condiția respectivă; în schimb, dacă ești capabil să îți controlezi emoțiile în interiorul condiției respective, tu ai puterea de a influența pozitiv schimbarea condiției.* Spre exemplu, dacă atunci când intri în camera

copilului tău și devii conștient că lucrul de care te temeai s-a întâmplat din nou, te-ai opri pentru o clipă din recunoașterea lucrului pe care *nu ți-l dorești,* întrebându-te ce anume *îți dorești* de fapt, după care ai accentua această schimbare a vibrației personale întrebându-te *de ce* îți dorești acest lucru, nu numai că te-ai simți instantaneu mai bine, dar în scurt timp ai ajunge chiar să vezi cu ochii tăi rezultatele acestei schimbări pozitive.

Ce anume *îți dorești?"* l-am întrebat noi.

Ne-a răspuns: „Îmi doresc ca fiul meu să se trezească fericit din somn, perfect uscat și mândru că nu și-a mai udat patul, astfel încât să nu fie nevoit să se simtă rușinat".

În clipa în care și-a schimbat perspectiva, acest părinte s-a simțit ușurat, căci de îndată ce a început să se concentreze asupra situației dorite de el (nu asupra celei nedorite), el a descoperit armonia care îi lipsise până atunci. I-am spus: „Dacă vei continua să gândești în acest fel, te vei afla în armonie cu ceea ce *îți dorești,* nu cu ceea ce *nu îți dorești,* și vei avea astfel o influență mai bună asupra copilului tău. Chiar dacă își va mai uda din când în când patul, îi vei spune în modul cel mai natural cu putință: *O, stai liniștit. Acest lucru face parte integrantă din procesul de creștere. Toți am trecut prin asta, iar tu crești foarte repede. Acum schimbă-ți aceste haine ude și treci în baie".* Tânărul părinte a sunat-o pe Esther la scurt timp și i-a spus fericit că fiul lui nu își mai udă patul...

Ori de câte ori mă simt rău, atrag în viața mea lucrurile pe care nu le doresc

Deși toți oamenii sunt mai mult sau mai puțin conștienți de ceea ce simt, puțini sunt cei care înțeleg importanța ghidării pe care le-o asigură emoțiile lor. Mecanismul este cât se poate de simplu: *ori de câte ori te simți rău, înseamnă că te afli în plin proces de atragere a unei situații (persoane etc.) care nu îți va fi pe plac. Fără nicio excepție, unicul motiv al oricărei emoții negative este focalizarea asupra unui aspect nedorit sau asupra lipsei unui aspect dorit.*

Mulți oameni consideră emoțiile negative ceva indezirabil. Noi le considerăm însă indicii extrem de importante, care te pot ajuta să înțelegi direcția către care te îndrepți, respectiv direcția vibrației tale, care va atrage alte vibrații similare cu ea. Emoțiile negative ar trebui să fie considerate un „semnal de alarmă". Într-adevăr, ele chiar îți oferă un indiciu serios, ajutându-te să înțelegi că a sosit timpul să pivotezi, adică să îți schimbi gândurile. Noi preferăm totuși să nu le numim „un semnal de alarmă", ci unul „de ghidare".

Emoțiile tale sunt *Scala ta de Ghidare,* care te ajută să înțelegi în ce constă realitatea pe care ți-o creezi prin gândurile pe care le emiți. De multe ori, oamenii care încep să înțeleagă puterea gândirii și importanța focalizării asupra gândurilor pozitive (care îi fac să se simtă bine) se simt stânjeniți sau chiar furioși pe ei înșiși atunci când se trezesc în mijlocul unei emoții negative. În mod normal, ei nu ar trebui să fie deloc furioși, ci mai degrabă mulțumiți, căci

emoțiile lor atestă faptul că au o *Scală de Ghidare* perfect funcțională.

Ori de câte ori devii conștient de o emoție negativă, începe întotdeauna prin a te complimenta singur pentru că ai devenit conștient de avertismentul Sistemului tău de Ghidare. Abia apoi încearcă să alegi cu blândețe acele gânduri care te fac să te simți mai bine. Avem de-a face în acest caz cu un ***Proces de Pivotare*** *foarte subtil, care constă în alegerea delicată a unor gânduri care te fac să te simți mai bine.*

De pildă, ți-ai putea face un obicei din a-ți spune, ori de câte ori simți o emoție negativă: *„Simt o emoție negativă. Înseamnă că sunt pe punctul de a atrage în viața mea ceva ce nu îmi doresc. Dar ce anume* ***îmi doresc****, de fapt?"*

De multe ori, simpla recunoaștere a faptului că „îți dorești să te simți bine" este suficientă pentru a-ți schimba direcția gândurilor. Este important însă să înțelegi diferența dintre *„a-ți dori* să te simți bine" și *„a nu mai dori* să te simți rău". Mulți oameni cred că cele două afirmații exprimă aceeași realitate, dar de fapt ele sunt afirmații perfect opuse, la fel ca și vibrațiile care stau la baza lor. *Dacă vei începe să îți reorientezi gândurile către acele lucruri (situații, persoane etc.) care te fac să te simți bine, vei ajunge să îți dezvolți astfel noi tipare de gândire, respectiv noi convingeri, care te vor ajuta apoi să îți creezi o viață infinit mai frumoasă decât cea actuală.*

Gândurile mele atrag alte gânduri similare, devenind din ce în ce mai puternice

Indiferent care este gândul asupra căruia te concentrezi în momentul de față – dacă reprezintă o amintire din trecut, o observație din prezent sau un plan de viitor – acest gând este activ în momentul prezent, atrăgând alte gânduri și idei similare. Gândurile tale nu numai că atrag alte gânduri care au aceeași natură, dar cu cât te focalizezi mai mult asupra lor, cu atât mai puternice devin ele, și implicit gândurile (similare) pe care le atrag.

Prietenul nostru Jerry obișnuiește să compare acest proces cu frânghiile pe care le-a observat odată, pe când asista la legarea unui vas de mari dimensiuni la țărm. Acesta trebuia legat cu o frânghie mult prea groasă și prea grea pentru a putea fi aruncată de pe vas către doc. De aceea, marinarii au aruncat la țărm o frânghie subțire, care era legată de o alta, ceva mai groasă, care era legată la rândul ei de o alta și mai groasă, și tot așa până la ultima frânghie, care era legată de frânghia cea mai groasă. În acest fel, nava cea mare a putut fi legată la țărm în condiții de siguranță deplină. Le fel se întâmplă și cu gândurile tale, care sunt legate între ele. Pe măsură ce se conectează cu mai multe gânduri similare, ele devin din ce în ce mai puternice, atrăgând în continuare alte gânduri la fel de puternice.

Din cauză că ai tras prea mult timp de frânghia negativă în anumite domenii ale vieții tale, este foarte ușor să ai parte de o stare de spirit negativă. Este suficientă chiar și cea mai

mică afirmație negativă făcută de altcineva, chiar și cea mai neînsemnată amintire sau sugestie pentru a-ți declanșa automat această stare de spirit.

Punctul tău de atracție depinde de gândurile care îți trec clipă de clipă prin minte pe măsură ce avansezi de-a lungul zilei. Tu ai puterea de a-ți direcționa aceste gânduri într-o manieră pozitivă sau negativă. Spre exemplu: să spunem că te afli într-un magazin alimentar și constați că un produs pe care îl cumperi în mod regulat și-a mărit peste noapte prețul, și nu puțin. Automat, simți o stare de disconfort. Chiar dacă ți se pare că această stare negativă de spirit se datorează creșterii subite a prețului și faptului că tu nu ai niciun cuvânt de spus în această privință, noi dorim să subliniem că starea ta de disconfort nu se datorează acestui motiv, ci direcției în care sunt orientate în general gândurile tale.

La fel ca în analogia cu frânghia subțire legată de o altă frânghie mai groasă, legată la rândul ei de o alta și mai groasă și așa mai departe, gândurile tale sunt legate de alte gânduri similare și călătoresc foarte rapid în spațiul vibrațiilor. Iată, de pildă, ce conexiuni se pot produce în mintea ta: *„Uau, prețul acestui produs este mult mai mare astăzi decât a fost săptămâna trecută... Această creștere de preț nu mi se pare justificată... Prea sunt lacomi comercianții aceștia... Lucrurile tind să scape de sub control... Nu știu unde o să ajungem dacă o să continuăm în acest fel... Probabil că ceva o să explodeze dacă o s-o mai ținem tot așa... Economia noastră o să se ducă de râpă... Pur și simplu, nu-mi mai pot permite aceste prețuri mereu în creștere... Nu câștig suficient de mult ca să fac față la această creștere constantă a costului vieții...".*

Acest trend negativ al gândurilor tale poate continua în orice direcție: tu poți da vina pe comerciant, pe economie, pe guvern, dar de cele mai multe ori te vei gândi la impactul negativ pe care îl va avea această situație asupra ta, întrucât tu interpretezi tot ceea ce observi într-o manieră personală. De fapt, situația chiar *este* personală, întrucât tu emani o vibrație (pornind de la situația actuală) care îți va influența inclusiv viitorul, adică noile situații pe care le vei atrage în viața ta datorită alegerii mentale pe care tocmai ai făcut-o.

Dacă devii însă conștient de felul în care te simți și înțelegi că emoțiile tale îți indică direcția gândurilor tale, tu îți poți schimba în mod deliberat direcția acestor gânduri. Spre exemplu: *„Uau, prețul acestui produs este mult mai mare astăzi decât a fost săptămâna trecută... Ce-i drept, nu toate prețurile au crescut... Nici nu am fost atent la celelalte prețuri ale produselor din coșul meu... Poate că unele dintre ele au scăzut... Sau poate au rămas neschimbate... Prețul la acest produs mi-a atras atenția din cauză că este mult mai mare decât săptămâna trecută... Oricum, prețurile fluctuează tot timpul, iar până acum nu pot spune că nu m-am descurcat... Chiar dacă uneori inflația mi se pare cam mare, sunt convins că mai devreme sau mai târziu lucrurile se vor aranja de la sine... Dacă nu am avea acest sistem impresionant de distribuție, nu am dispune de o varietate atât de mare de produse...".*

Dacă te-ai decis într-adevăr să te simți bine, îți va fi din ce în ce mai ușor să optezi pentru acele gânduri care îți transmit această stare de spirit.

Dacă decizia de a te simți bine este activă în interiorul tău, vei fi în permanență atras de acele gânduri care te fac

să te simți bine și îți va fi din ce în ce mai ușor să îți direcționezi gândurile pe calea cea bună. Gândurile tale au o putere creatoare uriașă, pe care nu o poți controla eficient decât cultivând în permanență gândurile bune (care te fac să te simți bine). Dacă gândurile tale oscilează în permanență între ceea ce îți dorești și ceea ce nu îți dorești, între pro și contra, între plusuri și minusuri – vei pierde avantajul gândirii pozitive pure.

Crearea unei *Cărți a aspectelor pozitive*

În primul an când Jerry și Esther au început să lucreze cu noi, ei obișnuiau să închirieze săli de conferințe în cadrul hotelurilor din diferite orașe de pe o rază de circa 500 de kilometri în jurul casei lor din Texas, astfel încât să le asigure participanților la seminariile lor un loc confortabil în care să ne poată pune întrebări personale. Managerii unuia dintre hotelurile pe care cei doi le frecventau des, situat în orașul Austin, păreau să uite întotdeauna de venirea celor doi, chiar dacă Esther făcea aranjamentele necesare, semna contracte cu ei, ba chiar suna cu câteva zile înainte pentru a confirma închirierea sălii de conferințe. Atunci când soseau la hotel, ei primeau în cele din urmă o cameră, deși nimeni nu părea să se aștepte la venirea lor, dar pentru Jerry și Esther era întotdeauna neplăcut să fie nevoiți să insiste pe lângă personalul hotelului să pregătească la timp sala de conferințe înainte de sosirea oaspeților lor.

În cele din urmă, Esther ne-a spus: „Cred că ar trebui să ne căutăm un alt hotel".

Noi i-am răspuns: „Ideea nu este rea, dar reține: *oriunde te-ai duce, tu te vei lua pe tine însăți cu tine*".

„Ce vrei să spui cu asta?" ne-a întrebat Esther, ușor defensivă.

I-am explicat: *„Dacă începi o acțiune din perspectiva lipsei, acțiunea respectivă se va dovedi întotdeauna contra-productivă.* De aceea, este foarte probabil ca cei de la noul hotel să te trateze exact ca și cei de aici".

Jerry și Esther s-au amuzat auzind această explicație, întrucât deja se mutaseră din mai multe hoteluri exact din acest motiv.

„Ce trebuie să facem?" ne-au întrebat ei. Le-am sugerat să își cumpere un caiet nou și să scrie cu litere mari pe coperta lui: CARTEA ASPECTELOR MELE POZITIVE. Pe prima pagină le-am sugerat să scrie: „Aspectele pozitive ale hotelului _____ din Austin".

Iată ce a scris Esther în caietul ei: „Hotelul este frumos. Curățenia este impecabilă. Este foarte bine poziționat. Este foarte aproape de autostradă și există numeroase indicatoare care te ajută să ajungi practic oriunde dorești în oraș. Are numeroase camere de dimensiuni diferite, fapt care le permite oaspeților noștri să se cazeze cu ușurință. Personalul hotelului este întotdeauna foarte prietenos...".

În timp ce scria aceste rânduri, *sentimentele* lui Esther față de conducerea hotelului s-au schimbat radical, devenind pozitive. Din acel moment, ea a început să se *simtă* mai bine, iar *punctul ei de atracție* în raport cu conducerea hotelului s-a schimbat.

Esther nu a scris în caietul ei: „Personalul este întotdeauna pregătit pentru venirea noastră", pentru că ar fi fost

o minciună. Dacă ar fi scris așa ceva, ea ar fi simțit o stare contradictorie, poate chiar de vinovăție sau de autojustificare. Dorind să se simtă bine și schimbându-și în mod deliberat atenția de la lucrurile neplăcute la cele plăcute (la fel de adevărate ca și primele), punctul de atracție al lui Esther în raport cu conducerea hotelului s-a schimbat, după care s-a întâmplat ceva foarte interesant: conducerea hotelului nu a mai uitat niciodată de venirea lor. Esther a constatat amuzată că personalul nu uita de venirea lor dintr-o neglijență sau din cauza unei lipse de organizare, ci pur și simplu din cauza gândurilor ei predominante în legătură cu respectivul hotel. Pe scurt, membrii personalului hotelier nu au putut contracara puterea gândirii negative a lui Esther în legătură cu ei.

Lui Esther i-a plăcut atât de mult ideea *Cărții Aspectelor Pozitive* încât a început să noteze în ea tot felul de afirmații pozitive legate de foarte multe domenii din viața ei. Noi am încurajat-o să scrie nu doar despre situațiile în legătură cu care dorea să își îmbunătățească sentimentele, ci și despre cele pe care le considera deja pozitive, cu unicul scop de a se obișnui cu gândurile care o fac să se simtă bine și cu plăcerea pe care i-o provoacă ele. Își recomandăm și ție să faci același lucru. În acest fel, viața ta va deveni mult mai frumoasă.

Legea Atracției face ca gândurile să devină mai puternice

Adeseori, atunci când experimentează o situație nedorită, foarte mulți oameni simt nevoia să explice ce s-a

întâmplat, justificându-și astfel situația în care s-au trezit. *Ori de câte ori simți nevoia de a apăra, de a justifica, de a argumenta rațional sau de a învinovăți o situație (sau pe cineva), tu vei continua să atragi situația (sau persoana) negativă respectivă.* Orice cuvânt pe care îl rostești pentru a explica de ce o situație nu este așa cum ți-ai dori tu să fie continuă și amplifică atracția negativă, întrucât tu nu te poți focaliza asupra situației *dorite* atât timp cât explici *de ce* experimentezi situația pe care *nu* ți-o dorești. *Nimeni nu se poate focaliza în același timp asupra aspectelor pozitive și negative ale aceleiași situații.*

De multe ori, în încercarea de a determina de unde au început necazurile, tu nu faci decât să prelungești și mai mult situația nedorită în care te afli: *„Care este cauza acestei probleme? Care este motivul pentru care nu mă aflu acolo unde mi-aș dori să fiu?"* Este absolut natural să îți dorești schimbarea în bine a situației prezente, așa că este logic să te orientezi către soluționarea problemei... dar există o mare diferență între căutarea serioasă a unei soluții și justificarea nevoii de a căuta o soluție insistând asupra problemei.

Înțelegerea faptului că o situație nu corespunde dorințelor tale este un prim pas important, dar după ce ai identificat acest lucru, cu cât îți vei îndrepta mai curând atenția către soluționarea situației, cu atât mai bine. Explorarea la infinit a problemei nu va face decât să te împiedice să îi găsești soluția. Nu uita: soluția și problema au vibrații diferite.

Dacă ai înțeles valoarea *Procesului de Pivotare* și ți-ai propus să identifici ce anume nu îți dorești în viață,

schimbându-ți apoi imediat orientarea gândurilor către soluțiile dorite, vei constata în scurt timp că ești înconjurat de foarte multe lucruri absolut minunate, căci universul tău mental va conține preponderent gânduri pozitive, nu negative. În plus, dacă vei utiliza zilnic *Cartea Aspectelor Pozitive,* îți va fi și mai ușor să îți orientezi pozitiv gândurile. Această metodă simplă te va ajuta să îți direcționezi într-o mai mare măsură majoritatea gândurilor în direcția *dorită* de tine.

Cu cât te vei concentra mai mult asupra intenției de a descoperi din ce în ce mai multe gânduri *care te fac să te simți bine,* cu atât mai ușor îți va fi să realizezi cât de mare este diferența dintre gândurile focalizate asupra aspectelor dorite și cele focalizate asupra aspectelor nedorite (sau lipsei aspectelor dorite). Ori de câte ori simți disconfort atunci când spui sau gândești ceva legat de dorința ta de a îmbunătăți o situație actuală în viața ta – cum ar fi situația ta financiară, o relație sau starea de sănătate fizică – tu îți blochezi singur descoperirea soluției și îmbunătățirea situației.

Procesul de Pivotare și *Cartea Aspectelor Pozitive* sunt două metode practice care te pot ajuta eficient să recunoști încă din primele etape ale procesului tău creator (cele mai subtile) care sunt gândurile negative care pot conduce în timp la situații similare, înlocuindu-le apoi cu alte gânduri, pozitive.

Este infinit mai ușor să treci de la un gând care te face să te simți cât de cât mai bine la un alt gând, care te face să te simți încă și mai bine, apoi la un alt gând, care te

face să te simți mult mai bine, și așa mai departe (principiul frânghiei), decât să treci direct la un gând care te face să intri în extaz. Nu uita: toate gândurile (sau vibrațiile) sunt controlate de ***Legea Atracției.***

Îmi voi începe ziua cu gânduri care mă fac să mă simt bine

Atunci când îți concentrezi atenția asupra unor lucruri pe care nu ți le dorești în viața ta, este mult mai ușor să rămâi concentrat asupra lor (ba chiar să găsești noi dovezi care sprijină acest mod de a gândi), decât să treci la o perspectivă pozitivă, întrucât *gândurile de același fel se atrag reciproc.* De aceea, dacă te aștepți să faci un salt brusc de la o atitudine profund negativă la una profund pozitivă, vizualizând o situație pe care ți-o dorești foarte mult, vei constata că îți este imposibil să faci acest salt, întrucât diferența dintre cele două vibrații este prea mare. Cea mai bună modalitate de a-ți îmbunătăți vibrația personală constă în luarea hotărârii de a-ți modifica gradual, dar continuu, gândurile în direcția dorită de tine.

Atunci când te trezești dimineața după un somn bun, tu te afli în cea mai pozitivă stare vibratorie, întrucât ești detașat în mod natural de situațiile nedorite. Dacă îți vei începe ziua (chiar înainte de a te da jos din pat) prin contemplarea câtorva din aspectele pozitive ale vieții tale, tu vei adopta astfel o atitudine mult mai pozitivă, iar *Legea Atracției* va avea grijă să îți amplifice această stare de spirit,

trimițând către tine gânduri din ce în ce mai benefice și mai pozitive.

Altfel spus, în fiecare dimineață tu ai șansa de a-ți crea o nouă bază vibratorie (un fel de punct de plecare), care va prestabili tonalitatea generală a gândurilor tale pentru tot restul zilei. Chiar dacă anumite evenimente de peste zi te vor devia de la acest punct de plecare, în timp vei constata că îți poți controla mult mai ușor gândurile, vibrațiile, punctul de atracție și implicit viața întreagă!

Somnul este acea perioadă de timp în care energiile mele se realiniază

Atunci când dormi, respectiv în timpul acelei perioade în care nu te concentrezi conștient asupra corpului tău fizic, atracția ta față de acesta încetează. Somnul este acea perioadă în care *Ființa ta Interioară* își poate realinia energiile, regenerând astfel corpul fizic. De aceea, dacă îți vei spune la culcare: *„În această noapte mă voi odihni bine. Știu că orice atracție față de corpul meu va înceta și nu mă voi scufunda din nou în experiența fizică decât dimineața, după ce mă voi trezi din somn"*, vei obține beneficii mult mai mari în urma perioadei tale de somn.

Trezirea din somn nu diferă foarte mult de nașterea în această dimensiune fizică. Ea nu diferă foarte mult de prima zi în care te-ai trezit în acest corp fizic. De aceea, atunci când te trezești din somn, deschide ochii și spune: *„Astăzi voi căuta numai motive de a mă simți bine. Nimic nu este*

mai important decât să mă simt bine. Nimic nu este mai important decât să îmi aleg acele gânduri care atrag alte gânduri, care atrag alte gânduri care mă fac să mă simt bine, ridicându-mi frecvența de vibrație astfel încât să pot rezona cu aspectele benefice ale universului".

Dimineața, vibrația ta va fi aceeași cu cea de dinainte de culcare. De aceea, dacă te culci îngrijorat dintr-o anumită cauză, dimineața vei relua exact aceleași gânduri de îngrijorare, care vor atrage apoi de-a lungul zilei noi și noi gânduri negative. *Legea Atracției* va continua să îți furnizeze gânduri de același tip. În schimb, dacă la culcare vei face efortul conștient de a identifica diferite aspecte pozitive ale vieții tale, după care te vei detașa inclusiv de ele, amintindu-ți că în timpul somnului vei uita de corpul fizic și te vei regenera, atunci când te vei trezi dimineața și vei spune: *„Astăzi voi căuta numai motive pentru a mă simți bine..."*, vei avea un control mult mai bun asupra gândurilor tale (și implicit asupra vieții tale).

În loc să-ți faci griji în legătură cu problemele acestei lumi sau să te gândești la ce ai de făcut astăzi, rămâi în pat și contemplă aspectele pozitive ale momentului: *„Ce bine mă simt în pat. Cât de confortabile sunt aceste așternuturi. Cât de bine se simte corpul meu. Cât de confortabilă este această pernă. Cât de proaspăt este aerul pe care îl respir. Ce bine este să trăiești!"* Procedând în acest fel, vei începe să tragi către tine de frânghia pozitivă.

Legea Atracției poate fi comparată cu o lupă uriașă, care mărește totul. De aceea, dacă atunci când te trezești din somn cauți motive (reale) de a te simți bine, *Legea Atracției* te va

ghida către alte și alte gânduri similare. Asta înseamnă să te dai jos din pat bine dispus.

Cu puțin efort și cu dorința de a te simți bine, tu îți poți direcționa gândurile către scenarii din ce în ce mai plăcute, până când îți vei schimba complet tiparele mentale și punctul de atracție, iar realitatea va tinde să imite gândurile tale pozitive.

Un exemplu de *Conștientizare a aspectelor pozitive înainte de culcare*

Orientarea ta de până acum – către acțiune – te-a făcut să crezi că lucrurile nu pot fi puse în mișcare decât prin eforturi consistente. Dacă vei învăța însă să îți direcționezi în mod conștient gândurile, vei descoperi că acestea au o putere mult mai mare decât crezi la ora actuală. Cu cât te vei focaliza mai perseverent asupra direcției pe care ți-o dorești în viață, fără să-ți diluezi puterea gândirii oscilând între aspectele *dorite* și cele *nedorite,* cu atât mai ușor vei înțelege ce dorim să spunem, în urma experiențelor tale personale. Din cauza orientării tale *către acțiune,* tu faci eforturi prea mari și muncești prea mult. În consecință, te concentrezi fără să vrei asupra aspectelor neplăcute, care trebuie rezolvate, și mai puțin asupra celor pe care le dorești cu adevărat în viața ta.

Iată o modalitate perfectă de a aplica *Procesul de conștientizare a aspectelor pozitive* înainte de culcare: imediat ce te-ai pus în pat, amintește-ți câteva din lucrurile

plăcute care ți s-au întâmplat în ziua respectivă. Dat fiind că în acea zi s-au întâmplat foarte multe lucruri, va trebui să te gândești puțin și nu este exclus să îți amintești și diferite lucruri neplăcute. Insistă totuși asupra intenției tale de a descoperi lucrurile plăcute care s-au întâmplat, iar apoi contemplă-le o vreme.

Activează-ți această intenție pozitivă spunând ceva de genul: *„Lucrul care mi-a plăcut cel mai mult a fost... Cel mai încântat am fost atunci când...“*. Urmează orice fir pozitiv pe care îl descoperi, lăsându-te condus de el către cele mai frumoase amintiri ale zilei. După ce ți-ai autoindus astfel o stare de spirit pozitivă, concentrează-te asupra intenției tale predominante: *aceea de a avea parte de un somn odihnitor și de a te trezi odihnit și regenerat dimineața.*

Spune-ți în sinea ta: *„Acum mă voi culca. În timp ce voi dormi, gândurile mele vor fi inactive, așa că orice atracție fizică va înceta, iar dimineața corpul meu va fi complet regenerat pe toate nivelele“*. Focalizează-ți atenția asupra micilor plăceri ale momentului, cum ar fi confortul patului, moliciunea pernei și bunăstarea pe care o simți în clipa de față. Apoi declară-ți cu blândețe intenția: *„Voi dormi bine și mă voi trezi dimineața complet regenerat, având un nou punct de atracție, mult mai pozitiv“*. După aceste cuvinte, culcă-te.

Un exemplu de *Conștientizare a aspectelor pozitive imediat după trezire*

Atunci când te vei trezi a doua zi dimineața, vei regăsi aceeași stare pozitivă de spirit, iar primele tale gânduri vor fi de genul: *„M-am trezit. M-am reintegrat în dimensiunea fizică..."*. Rămâi o vreme în pat și bucură-te de confortul lui, apoi spune-ți ceva de genul: *„Oriunde m-aș duce astăzi, orice aș face și cu orice persoane m-aș întâlni, intenția mea predominantă este de a căuta numai acele lucruri care mă fac să mă simt bine. Ori de câte ori mă simt bine, eu vibrez pe o frecvență superioară, punându-mă la unison cu puterea Sursei mele interioare. Atunci când mă simt bine, eu sunt în armonie cu tot ceea ce îmi place și cu tot ceea ce mă bucură. Atrag astfel către mine numai aspectele plăcute ale vieții. O, ce bine mă simt atunci când mă simt bine!"* (Într-adevăr, starea de bunăstare interioară reprezintă un beneficiu în sine, ca să nu mai vorbim de beneficiile pe care le atrage ea în viitor).

De aceea, rămâi în pat timp de 2-3 minute (atât este suficient) și caută să te bucuri de aspectele pozitive din mediul tău înconjurător. Astfel, dacă îți vei începe ziua cu dreptul, de-a lungul ei vei conștientiza din ce în ce mai multe aspecte pozitive și vei căuta noi și noi motive de a te simți bine, indiferent ce vei face.

În primul moment în care vei simți o emoție negativă – lucru care se va întâmpla chiar dacă ți-ai început ziua căutând motive să te simți bine, întrucât în anumite domenii ale vieții mai există încă în mintea ta energii negative

reziduale – așadar, în primul moment în care vei simți o emoție negativă, oprește-te și spune-ți în sinea ta: *„Doresc să mă simt bine. Acum simt o emoție negativă, ceea ce înseamnă că mă gândesc la ceva ce nu îmi doresc. Ce anume îmi doresc însă?"* Focalizează-ți apoi imediat atenția asupra lucrurilor dorite, concentrându-te suficient de mult timp asupra noilor gânduri pozitive pentru a simți din nou curgerea energiei lor benefice prin organismul tău.

De-a lungul zilei, caută noi și noi motive pentru a te amuza și pentru a râde. Atunci când dorești să te simți bine, tu nu iei de regulă lucrurile foarte în serios, așa că nu mai observi nici absența din viața ta a lucrurilor dorite de tine. Dacă nu te focalizezi asupra lipsei lucrurilor dorite, te simți automat mai bine, atrăgând astfel în mai mare măsură lucrurile pe care le dorești în viața ta. Și astfel, viața ta devine din ce în ce mai frumoasă.

În seara care urmează, atunci când te duci la culcare, vei avea mult mai multe lucruri frumoase la care să te gândești înainte de a te scufunda într-un somn profund odihnitor. Și astfel, la trezire, a doua zi, te vei bucura de o stare mult mai bună de spirit, care îți va permite să atragi și mai multe lucruri frumoase în viața ta.

Știu cum doresc să mă simt

Uneori, atunci când te afli în mijlocul unei situații neplăcute, este dificil să descoperi vreun aspect *pozitiv* al acestei situații, oricare ar fi el. Unele situații sunt într-adevăr

intolerabile. Ele sunt atât de catastrofale încât ți se pare imposibil să le găsești vreo conotație pozitivă. În realitate, această imposibilitate aparentă se datorează faptului că încerci să faci o trecere prea bruscă de la problema extrem de dificilă cu care te confrunți la o soluție minunată. Altfel spus, dacă te afli într-o situație neplăcută și încerci să găsești o soluție, dar nu îți vine nicio ideę, amintește-ți că deși în clipa de față nu vezi niciun aspect pozitiv al situației și nu-ți poți imagina ce ai putea *face* pentru a te simți mai bine, *un lucru rămâne cert: faptul că dorești să te simți mai bine.*

Este ca și cum ai sări din avion fără parașută și te-ai întreba: „Ce pot să fac?" Există situații în care, din cauza circumstanțelor curente, niciun gând și nicio acțiune nu poate schimba pe moment lucrurile. Așa cum nu poți descoperi nicio *acțiune* care să repare lucrurile, prin minte nu îți trece niciun *gând* care să îți schimbe starea de spirit.

Dacă vei înțelege însă puterea gândurilor tale și efectele minunate pe care le au întotdeauna gândurile care te fac să te simți bine, și dacă vei începe să îți alegi în mod deliberat astfel de gânduri pozitive folosindu-te de indicațiile primite de la emoțiile și sentimentele tale, tu îți vei putea transforma cu ușurință viața, acumulând din ce în ce mai multe experiențe care te fac să te simți bine prin focalizarea asupra emoțiilor produse de ele. *Dacă vei fi capabil să descoperi chiar și cel mai neînsemnat sentiment de ușurare printr-un gând deliberat ales, vei putea spune că ai apucat-o deja pe calea ușoară care te va conduce către soluția dorită.*

Chiar dacă nu îți este clar ce ai ***de făcut*** *într-o anumită situație, și chiar dacă există situații în care nici măcar nu-ți*

dai seama ce ți-ai dori să ai, tu știi întotdeauna – într-o măsură mai mare sau mai mică – cum dorești să te simți. Altfel spus, tu știi sigur că îți dorești să fii *fericit,* nu *trist, plin de vitalitate,* nu *obosit, entuziasmat,* nu *enervat.* Știi sigur că îți dorești să fii *productiv,* nu *neproductiv, liber,* nu *înlănțuit, să crești,* nu *să stagnezi...*

Nu există întotdeauna acțiuni care să poată repara gândurile orientate greșit. În schimb, dacă vei urmări să dobândești controlul asupra sentimentelor tale, alegând într-un mod conștient și deliberat ceea ce gândești, vei descoperi puterea incredibilă a gândurilor pozitive. *Dacă vei reuși să îți struneşti în mod conștient gândurile, îți vei controla într-o mai mare măsură experiențele vieții.*

Nimic nu este mai important decât să te simți bine

Nu este deloc dificil să îți alegi în mod deliberat gândurile. De cele mai multe ori, tu îți alegi în mod deliberat ceea ce dorești să mănânci, mașina pe care dorești să o conduci și hainele pe care dorești să le porți, iar alegerea deliberată a gândurilor nu necesită un efort mai mare decât luarea acestor decizii. Singura diferență este că alegerea deliberată a gândurilor și orientarea lor conștientă către acele lucruri care te fac să te simți bine au un impact mult mai mare asupra îmbunătățirii vieții tale decât alegerea anumitor alimente, a unei anumite mașini sau a anumitor haine.

Dacă citești aceste cuvinte și le înțelegi semnificația și puterea, nu vei mai simți niciodată vreo emoție negativă fără

să realizezi pe loc că aceasta îți indică în mod clar că trebuie să îți redirecționezi gândurile către o direcție mai productivă și mai benefică. Cu alte cuvinte, nu vei mai simți niciodată o emoție negativă fără a înțelege pe loc că te afli în plin proces de a atrage în viața ta o situație *neplăcută*. Atunci când devii conștient de emoțiile tale și de ghidarea pe care ți-o oferă ele, în tine se produce o transformare semnificativă. Ignorarea emoției nu diminuează cu nimic atragerea evenimentelor neplăcute în viața ta. În schimb, conștientizarea ei îți permite să îți schimbi gândurile, și implicit să îți controlezi mai bine experiențele vieții.

Atunci când nu te simți bine, oprește-te din ceea ce faci și spune-ți: *„Nimic nu este mai important decât să mă simt bine. De aceea, îmi propun chiar acum să găsesc un motiv care să mă facă să mă simt bine"*. Dacă vei proceda în acest fel, prin minte îți va trece cu siguranță un gând mai bun, care va atrage noi și noi gânduri similare. Dacă îți vei face din acest proces o obișnuință, circumstanțele care te înconjoară se vor îmbunătăți la rândul lor, în virtutea *Legii Atracției*. Atunci când te simți bine, ți se pare că toate ușile ți se deschid și că întregul univers cooperează cu tine. Invers, atunci când te simți rău, ți se pare că toate ușile îți sunt trântite în față și că nimeni nu dorește să coopereze cu tine.

Ori de câte ori simți o emoție negativă, tu opui rezistență unei situații pe care ți-o dorești. Ființa ta Interioară respinge această rezistență, manifestându-se prin emoția negativă respectivă. Această emoție negativă are repercusiuni în mai multe planuri, inclusiv asupra corpului tău fizic, dar și asupra lucrurilor minunate pe care le-ai putea atrage în viața ta în viitor.

În urma vieții pe care ai trăit-o până în prezent, tu ai observat ce anume îți face plăcere și ce nu, creându-ți astfel un fel de *filtru energetic,* care te împiedică să ai acces la ceea ce îți dorești până când nu te apropii suficient de mult de vibrația sa, astfel încât să permiți manifestarea situației respective în viața ta. Atât timp cât nu vei găsi o cale de a te simți bine inclusiv înainte ca această situație dorită să se manifeste în experiența ta de viață, ți se va părea tot timpul că ea se află de cealaltă parte a unei uși încuiate, pe care nu o poți deschide. În schimb, dacă vei începe să cauți aspectele pozitive ale situațiilor care te preocupă, alegând astfel în mod deliberat capătul pozitiv al bățului, respectiv partea frumoasă a situațiilor prin care treci, această ușă se va deschide și tot ceea ce îți dorești se va manifesta cu ușurință în experiența ta de viață.

Cu cât te simți mai bine, cu atât mai bine ai tendința să te simți

Atunci când cauți în mod deliberat aspectele pozitive ale situațiilor la care te gândești, tu te pui automat la unison cu aspectele pozitive ale realității în ansamblul ei. De bună seamă, poți face același lucru și invers, racordându-te la partea urâtă a manifestării. Foarte mulți oameni devin autocritici din cauza comparațiilor negative de care au avut parte în copilărie, făcute de părinții, profesorii și colegii lor. Din păcate, nu există niciun alt obstacol mai mare în calea capacității tale de a atrage aspectele pozitive ale vieții decât această atitudine negativă față de sine.

Uneori, este posibil să îți schimbi în bine frecvența de vibrație prin simpla focalizare a atenției asupra unui domeniu de viață pe care l-ai încărcat mai puțin de-a lungul vremii cu gândurile tale negative. Dacă ți-ai schimbat în bine această frecvență de vibrație, profită de ea pentru a-ți redirecționa gândurile către tine și descoperă mai multe aspecte pozitive în ceea ce te privește. *Dacă ești capabil să descoperi mai multe aspecte pozitive legate de lumea din jur, devii automat capabil să descoperi mai multe aspecte pozitive inclusiv legate de tine însuți. Tu creezi astfel o spirală ascendentă, căci noua ta stare de spirit te va ajuta apoi să descoperi și mai multe aspecte pozitive legate de lumea din jur etc.*

Invers, dacă descoperi mai multe aspecte neplăcute legate de tine, tu vei proiecta această percepție și asupra mediului înconjurător, care ți se va părea din ce în ce mai urât. După cum spuneți voi: „Cu cât situația se înrăutățește mai tare, cu atât mai neplăcută devine ea". Dacă vei căuta însă în mod deliberat aspectele pozitive legate de tine și de cei din jur, vei constata că descoperi din ce în ce mai multe astfel de aspecte. Altfel spus: „Cu cât situația se schimbă în bine, cu atât mai plăcută devine ea".

Nu putem sublinia îndeajuns de mult valoarea căutării aspectelor pozitive și a focalizării asupra situațiilor dorite. Tot ceea ce ți se întâmplă în viață depinde de această premisă simplă: *tu ai parte din ce în ce mai mult de acele situații la care te gândești, indiferent dacă acestea îți sunt sau nu pe plac.*

Aspectele pozitive și negative ale universului meu interior sunt echilibrate

Așadar, tu ești creatorul propriei tale experiențe de viață. sau, mai bine zis, *tu îți atragi singur către tine propriile tale experiențe de viață.* Procesul creator nu presupune identificarea unei situații dorite și apoi urmărirea ei activă, ci concentrarea mentală asupra situației dorite, adică acordarea gândurilor personale cu situația pe care dorești să o experimentezi, lăsând apoi *Legea Atracției* să o manifeste pentru tine.

Indiferent dacă *îți amintești* ceva din trecut, dacă *îți imaginezi* o situație din viitor sau dacă *observi* o situație din prezent, tu emani niște vibrații mentale la care *Legea Atracției* reacționează. Indiferent dacă îți numești gândurile *dorințe* sau *convingeri* (convingerile sunt gânduri pe care continui să le emiți multă vreme), punctul tău de atracție va fi stabilit în funcție de subiectul asupra căruia îți concentrezi atenția.

Dat fiind că orice realitate are două fațete – *situația dorită* și *absența situației dorite* – se întâmplă uneori să crezi că ești focalizat în mod pozitiv, dar să fii focalizat într-un mod negativ. De pildă, cineva poate spune: „Îmi doresc mai mulți bani", gândindu-se însă la faptul că *nu are* suficienți bani. Majoritatea oamenilor își afirmă dorința de a fi sănătoși numai atunci când sunt bolnavi. Altfel spus, la baza afirmației lor legate de ceea ce *îți doresc* stă focalizarea atenției lor asupra situației pe care *nu și-o doresc.* Așa se face că, de multe ori, chiar dacă rostesc cuvinte care par să

indice ceea ce își doresc, ei se concentrează de fapt asupra situației pe care nu și-o doresc.

Tu nu poți ști dacă atragi în viața ta o situație pozitivă sau negativă decât dacă devii conștient de ceea ce simți atunci când rostești anumite afirmații. Chiar dacă pe moment nu poți obține dovezi concrete că vei atrage o situație sau alta, gândurile tale atrag alte gânduri similare, iar energia cumulată a acestora va genera în viața ta situația concretă corespondentă, care va deveni evidentă.

Universul meu răspunde focalizării atenției mele asupra...

Mulți oameni cred sau își doresc să creadă că tot ceea ce există în univers reacționează la cuvintele lor la fel cum procedează ceilalți oameni. Dacă îi spui cuiva: „Vino la mine!", tu te aștepți ca el să vină. Dacă îi spui: „Pleacă de lângă mine", te aștepți ca el să plece. Tu trăiești însă într-un univers bazat pe atracție (sau pe includere), ceea ce înseamnă că el nu cunoaște răspunsul *negativ*.

Atunci când te focalizezi asupra unei situații dorite și îi spui: „Vino la mine", tu o incluzi în vibrația ta, iar *Legea Atracției* declanșează procesul de manifestare a ei. În schimb, dacă te focalizezi asupra unei situații nedorite, spunându-i: „Nu te doresc! Pleacă", universul nu te ascultă. *Răspunsul primit depinde întotdeauna de atenția focalizată asupra lui și respectiv de alinierea vibratorie cu el, nu de cuvintele tale.*

Astfel, dacă îți spui: „Sănătate perfectă, te doresc. Cultiv ideea de sănătate perfectă", tu atragi către tine această stare

de sănătate, dar dacă îți spui: „Boală, nu te doresc", tu nu respingi boala, ci o atragi către tine. Cu cât îi vei spune mai mult: *„Nu, nu, nu"*, cu atât mai aproape va veni ea, întrucât cu cât te lupți mai mult cu o situație pe care nu ți-o dorești, cu atât mai prins în vibrația ei devii.

Mulți oameni cred că nu își pot găsi fericirea *decât dacă* își găsesc partenerul perfect, dacă ating greutatea corporală perfectă sau dacă strâng suficienți bani. Nicăieri în univers nu se află însă vreo oază în care să nu existe decât aspecte pozitive. Echilibrul perfect al universului face ca fiecare particulă a sa să aibă un aspect pozitiv și unul negativ (adică un aspect dorit și unul nedorit). Tu ești cel care creează, cel care alege, cel care definește și cel care decide. În această calitate, atunci când cauți aspectele pozitive ale vieții, acestea tind să se materializeze în viața ta (lucru valabil pentru *toate* aspectele vieții). Nu trebuie să aștepți până când acestea se materializează pentru a adopta o atitudine pozitivă față de ele. Dimpotrivă, îți poți antrena într-o manieră pozitivă gândurile și vibrațiile, *atrăgând* astfel situațiile benefice în viața ta, sau devenind *creatorul* lor.

În această direcție, noi te încurajăm să îți începi fiecare zi cu afirmația: *„Oriunde m-aș duce astăzi, orice aș face și cu oricine m-aș întâlni, intenția mea predominantă este de a căuta numai ceea ce îmi doresc cu adevărat să văd"*.

Reține: ori de câte ori te trezești din somn dimineața, tu renaști practic. În timpul somnului, orice atracție față de această lume fizică a încetat. Această perioadă de câteva ore în care conștiința ta nu mai atrage nicio vibrație îți permite să te regenerezi și să o iei de la început. Dacă nu începi

imediat după trezire să reiei din nou aceleași gânduri care te-au frământat în ziua precedentă, acestea nu te vor mai tulbura în noua zi, iar aceasta va reprezenta pentru tine o renaștere, adică un nou început.

Decizia de a te simți bine atrage după sine o stare de bunăstare

O femeie ne-a spus odată: „Am aflat recent că eram invitată la mai multe petreceri. Mintea mea a început imediat să gândească: *O, Mary va fi acolo și ea este întotdeauna perfect pusă la punct.* Altfel spus, am început imediat să mă compar cu alți oameni. Îmi doresc să renunț la acest mecanism mental și să mă simt bine *în pielea mea,* adică să mă bucur de petrecerile la care mă duc indiferent de ceilalți participanți. Mă poți ajuta să aplic *Procesul de Pivotare* și cel de selecție a *Aspectelor Pozitive* în această privință? În realitate, nici măcar nu îmi doresc să particip la aceste petreceri".

I-am explicat: „Deși conștiința ta de sine se inflamează la gândul că vei participa la aceste petreceri, nu Mary și nici petrecerile în sine reprezintă motivul disconfortului tău interior. Uneori este complicat să îți sortezi relațiile cu ceilalți oameni, chiar dacă îți urmărești sentimentele până în copilărie. De altfel, nici nu are vreun rost să faci așa ceva. Tu ai capacitatea să descoperi chiar în momentul prezent aspectele pozitive sau negative (dorite sau nedorite) ale unei situații. Nu contează dacă faci acest lucru înainte să te duci

la petrecere sau chiar în timpul ei. *Important este să cauți întotdeauna motivele care te fac să te simți bine.*

Dat fiind că înainte de a te implica într-o situație îți este mai ușor să îți controlezi procesele mentale, este de preferat să cauți aspectele ei pozitive din timp, nu atunci când te afli în mijlocul ei. Dacă îți vei imagina situația așa cum ți-o dorești și dacă vei practica o reacție pozitivă în fața acestei situații dorite, atunci când te vei afla în mijlocul ei vei da dovadă de un control mult mai bun, întrucât ai exersat deja acest lucru.

Tu nu te poți simți bine și rău în același timp. În mod similar, tu nu te poți concentra în același timp asupra unei situații dorite și asupra contrapărții ei nedorite. Dacă ți-ai antrenat gândurile să se focalizeze asupra situației dorite înainte de a te duce la petrecere, ***Legea Atracției*** *va avea grijă să îți ofere numai situații care te vor face să te simți bine în timpul evenimentului. După cum vezi, lucrurile sunt cât se poate de simple.*

Dacă dorești să te simți altfel la aceste petreceri decât la cele din anii trecuți, trebuie să începi să îți spui o poveste diferită în legătură cu ele. Până acum, povestea pe care ți-o spuneai suna astfel: „Sunt invitată la aceste petreceri numai datorită relației cu partenerul meu. De fapt, nimănui nu-i pasă cu adevărat dacă particip sau nu la aceste petreceri. Nu sunt integrată în acest mediu și nu înțeleg majoritatea lucrurilor despre care discută cei care participă la ele. Sunt un outsider. Mary nu se simte un outsider, așa cum mă simt eu. Încrederea ei în sine este evidentă dacă privești felul în care se îmbracă și în care se comportă. Eu mă simt întotdeauna mai

puțin atrăgătoare și mai puțin inteligentă atunci când stau lângă Mary. Pe scurt, mă simt cât se poate de prost. Mi-aș dori să nu fiu nevoită să particip la aceste petreceri."

Și iată acum un exemplu de poveste care te-ar putea face să te simți mai bine: „Partenerul meu este foarte respectat în cadrul companiei pentru care lucrează. Este frumos din partea companiei că le permite angajaților săi să își aducă soțiile, astfel încât toată lumea să se cunoască mai bine. Nimeni nu se așteaptă ca eu să fac față discuțiilor lor de specialitate. De altfel, mă aștept ca la această petrecere oamenii să discute mai degrabă despre alte lucruri decât despre munca lor.

La urma urmelor, viața este infinit mai vastă decât ceea ce se întâmplă în biroul lor. Din acest punct de vedere, s-ar putea chiar ca prezența mea să pară o gură de oxigen pentru mulți dintre invitați, întrucât nu cunosc nimic despre lucrurile care îi preocupă zilnic. Cât despre Mary, aceasta mi se pare prietenoasă și sinceră. În mod evident, nu este atât de prinsă de politica firmei. Este chiar o plăcere să o privesc. Este o femeie interesantă. Mă întreb de unde își cumpără hainele. Poartă întotdeauna lucruri atât de frumoase."

După cum vezi, nu este necesar să îți rezolvi pe loc toate nesiguranțele pe care le-ai simțit vreodată cu prilejul acestei petreceri date de colegii soțului tău. Găsește o temă pozitivă asupra căreia să te concentrezi și bucură-te de beneficiile pe care le va atrage noul tău mod de gândire. În timp, nu-ți va mai păsa deloc de Mary, sau poate chiar te vei împrieteni cu ea. Oricum ar fi, decizia îți aparține, și nu vei putea transpune în practică această decizie decât exersându-ți un nou mod de a gândi.

Cum să nu simt durerea lor?

Prietenul nostru Jerry ne-a întrebat odată: „Mie mi se pare că cea mai mare parte a disconfortului interior pe care îl simt se datorează observării altor oameni care suferă. Cum aș putea folosi *Procesul de Pivotare* pentru a nu mai simți durerea *lor?*"

I-am explicat: „Orice subiect ți-ar atrage atenția, acesta va conține deopotrivă aspecte pe care dorești să le vezi și aspecte pe care nu dorești să le vezi. Durerea pe care o simți nu se datorează durerii celorlalți oameni pe care îi observi, ci opțiunii tale de a privi în ceilalți oameni acele aspecte care te fac să simți o stare de durere. Este o mare diferență.

Desigur, dacă ceilalți oameni nu ar suferi, ci ar fi fericiți, ți-ar fi mult mai ușor să fii fericit la rândul tău. În mod normal, nu ar trebui să aștepți însă schimbarea condițiilor exterioare pentru a te simți bine. Ar trebui să îți îmbunătățești capacitatea de a vedea aspectele pozitive indiferent de situația în care te afli. În acest scop, ar trebui să îți aduci aminte că orice situație prezintă aspecte *dorite* și *nedorite,* iar tu ai posibilitatea de a alege – prin gândurile tale conștiente – acele aspecte care te fac să te simți mai bine.

De bună seamă, este mult mai ușor să observi ceea ce se află în fața ochilor tăi decât să cauți acele lucruri pe care ți-ar plăcea să le vezi. Dacă ții însă cu adevărat la bunăstarea ta interioară, ar fi bine să te scuturi de această inerție sau de această lene și să începi să cauți aspectele pozitive în orice situație. În acest fel, cu cât vei căuta mai insistent situații care te fac să te simți bine, cu atât mai frecvent se vor

produce acestea în viața ta, în virtutea *Legii Atracției,* până când vei ajunge să devii atât de pozitiv orientat încât pur și simplu nu vei mai observa lucrurile care nu rezonează cu orientarea ta pozitivă.

Când am sfătuit-o să ignore problemele fiului ei, o mamă ne-a spus odată: „Bine, dar nu se va simți ca și cum l-aș abandona? Nu ar trebui să fiu alături de el?"

I-am explicat că nu se poate vorbi de „abandonare" dacă se va focaliza exclusiv asupra aspectelor pozitive din viața fiului ei. Cât despre abandonarea gândurilor care o fac să se simtă rău, aceasta are o putere foarte mare de a atrage în viața ei situațiile dezirabile sau pozitive. I-am spus: „Tu nu ajuți niciodată pe cineva lăsându-l să plângă pe umărul tău. Dimpotrivă, dacă te vei concentra asupra imaginii unei îmbunătățiri a vieții fiului tău, îl vei ajuta să își schimbe viața în această direcție. Asta înseamnă să îl susții. Ia-o înaintea lui și cheamă-l apoi în acel loc unde s-ar putea simți mai bine".

Dacă îți stabilești intenția deliberată de a te simți bine și dacă îți pasă într-adevăr cum te simți, vei începe să descoperi noi și noi gânduri, legate de noi și noi domenii ale vieții, care te fac să te simți bine. Vei fi astfel mai bine pregătit să interferezi cu ceilalți oameni, care se pot simți sau nu bine. Prin intenția ta de a te simți bine, tu te vei pregăti în vederea interacțiunii cu ceilalți oameni, iar atunci când aceasta se va produce, îți va fi mult mai ușor să sesizezi aspectele pozitive ale situației lor, indiferent cât de catastrofală pare aceasta la prima vedere. În schimb, dacă nu te pregătești din timp, cultivându-ți cu perseverență

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

propriile gânduri și vibrații pozitive, este ușor să te lași absorbit în situația celorlalți oameni, simțind o stare de disconfort.

Dorim să subliniem că tu nu simți *durerea lor,* provocată de situația lor, ci *propria ta durere, generată de propriul tău mod de a gândi.* Acest mod de a înțelege lucrurile atrage după sine un mare autocontrol, și de fapt adevărata libertate. *Dacă descoperi că îți poți controla sentimentele prin controlul gândurilor tale, poți fi fericit oriunde te-ai afla pe această planetă. În schimb, dacă pornești de la premisa că sentimentele tale depind de comportamentul altor persoane sau de situația în care se găsesc ele (comportament și situație pe care nu le poți controla), tu nu te poți simți liber.* De fapt, așa se explică „durerea" pe care o simți.

Simpatia mea nu contează pentru nimeni?

Jerry ne-a spus: „Cum s-ar spune, dacă îmi voi muta atenția de la cei care suferă, *eu* mă voi simți bine. Bine, dar în acest fel *ei* nu se vor simți cu nimic mai bine. Altfel spus, nu le-am rezolvat cu nimic problema. De fapt, nu fac decât să evit problema".

I-am răspuns astfel:

Dacă nu te concentrezi asupra problemei lor, tu poți să te simți în continuare bine, dar ei vor rămâne cu problema lor. Într-o primă instanță, acest raționament este adevărat. Pe de altă parte, dacă te concentrezi asupra problemei lor,

tu începi să te simți rău, iar ei continuă să se simtă la fel, deci tot nu le rezolvi problema. De altfel, dacă vei continua să te concentrezi mai mult timp asupra problemei lor, vei sfârși prin a avea și tu aceeași problemă. În schimb, dacă nu te mai concentrezi asupra problemei lor, ci încerci să îți imaginezi o soluție sau un deznodământ fericit, tu vei începe să te simți bine și există chiar posibilitatea de a-i influența inclusiv pe ei să își schimbe gândurile și să atragă în viața lor acest deznodământ fericit.

Ca să mă exprim mai simplu: tu nu ești niciodată de folos unei alte persoane (și nici nu îi poți oferi vreodată o soluție) atât timp cât experimentezi o emoție negativă, întrucât prezența acesteia arată că ești în continuare focalizat asupra absenței situației dorite, nu asupra situației dezirabile în sine.

De aceea, dacă cineva are o experiență neplăcută și interferează cu tine, este posibil ca puternicul val de negativitate pe care îl aduce în viața ta persoana respectivă să te absoarbă și să te sufoce complet (dacă nu te-ai pregătit din timp, luând decizia fermă de a nu mai accepta în viața ta decât acele gânduri și situații care te fac să te simți bine). În acest fel, tu poți deveni parte integrantă din acest lanț al durerii, transmițând mai departe disconfortul tău interior altor persoane, care îl vor transmite apoi altora, și așa mai departe.

În schimb, dacă ți-ai fixat încă de dimineață pentru ziua respectivă obiectivul de a te simți bine, spunându-ți de cu seară: *„În această noapte, conștiința mea nu va mai atrage niciun fel de vibrații din această dimensiune fizică, ceea ce înseamnă că mâine voi avea parte de un nou început. Voi*

profita de acest nou început pentru a căuta numai acele aspecte pe care doresc să le văd, întrucât doresc să mă simt bine, căci acest lucru mi se pare cel mai important din viața mea" – atunci când te vei trezi a doua zi dimineața vei putea începe o nouă zi, complet eliberat de orice negativitate din ziua precedentă. De aceea, atunci când vei intra într-o cameră și te vei întâlni cu cineva care suferă, tu nu te vei implica în durerea lui, ci dimpotrivă, îi vei oferi un exemplu de pozitivism și de fericire, întrucât tu emani ceea ce *simți. Simplul fapt că tu îți păstrezi starea de fericire interioară nu îi va face automat și pe ceilalți să se simtă fericiți. Mai mult, dacă discrepanța între cele două stări este foarte mare, îți va fi chiar greu să comunici cu ei. Dacă îți vei menține însă această vibrație pozitivă, ei fie ți se vor alătura în timp, fie vor ieși în mod natural din experiența ta de viață.* ***Singura modalitate prin care oamenii nefericiți pot interfera cu tine este atenția continuă pe care le-o acorzi.***

Dacă te-ai plimba împreună cu doi prieteni de-a lungul unei prăpăstii și dacă, din neatenție, te-ai împiedica și ai cădea, prinzându-te de o rădăcină fragilă și unul dintre prieteni ar fi foarte puternic și cu reacții rapide, iar celălalt slab și lipsit de reacții prompte, de care prieten te-ai bucura că ar fi acolo? Căutarea aspectelor pozitive îți va conferi putere și siguranță. Această atitudine corespunde întru totul perspectivei interioare a *celui-care-ești-cu-adevărat.* Dacă te vei alinia în permanență cu acele gânduri care te fac să te simți bine, toate resursele universului îți vor sta la dispoziție.

Adevărata simpatie acordată celor din jur înseamnă să te pui la unison cu ceea ce simt ei, și cum orice om are

potențialul de a se simți minunat sau groaznic, adică de a-și transpune sau nu dorințele în viață, tu ai practic două opțiuni între care poți alege. Sfatul nostru este să simpatizezi exclusiv cu aspectele celor din jur care te fac să te simți bine. Dacă vei proceda în acest fel, este posibil să îi influențezi chiar pe ei să se schimbe în bine.

Cum să nu mă simt rănit când ei se simt răniți?

Cineva ne-a întrebat odată: „Cum poți pune capăt unei relații fără să te simți rănit, știind că partenerul tău va fi rănit? Dacă tu iei decizia de a merge mai departe, dar partenerul tău nu se simte pregătit în această direcție, fiind chiar extrem de tulburat în fața acestei perspective, cum îți poți păstra echilibrul în această situație?"

Noi i-am răspuns astfel:

Dacă încerci să îți ghidezi comportamentul în funcție de ceea ce simte altcineva în legătură cu acțiunile tale, tu rămâi practic neputincios, întrucât nu poți controla perspectiva lui, motiv pentru care nu poți obține nicio îmbunătățire considerabilă a vibrației tale sau a punctului tău de atracție.

Dacă te-ai decis să îți părăsești partenerul înainte de a te fi gândit suficient de mult la *ce anume* îți dorești de la viață și *de ce* îți dorești acest lucru, în orice direcție o vei apuca, nu vei găsi decât același disconfort ca și cel de care încerci să scapi acum părăsindu-ți partenerul. Chiar și după ce vei pune capăt acestei relații și vei fi din nou singur sau

vei începe o altă relație cu altcineva, aceste vibrații negative reziduale nu îți vor permite să înfloreşti cu adevărat. Pe scurt, este infinit mai bine să îți găsești echilibrul vibratoriu *înainte* de a te separa de partenerul tău. În caz contrar, îți vei perpetua disconfortul pe termen lung, indiferent ce lucruri vei schimba în viața ta.

Haide să examinăm mai îndeaproape această situație și să vedem ce opțiuni reale ai: tu ai ajuns la concluzia că ar fi bine să pui capăt acestei relații, întrucât te simți nefericită în ea. Cu alte cuvinte, tu crezi că șansa ta de a fi fericită ar fi mai mare în afara relației actuale decât în interiorul ei. Dacă îi comunici acest lucru partenerului tău, acesta devine însă nefericit, iar din cauza nefericirii lui, te simți și tu la fel de nefericită.

O primă opțiune în acest caz constă în a rămâne în cadrul relației, spunându-i partenerului: „Nu mai fii nefericit, întrucât m-am răzgândit. Voi rămâne cu tine". În acest fel, nu vei schimba nimic. De la bun început erați amândoi nefericiți împreună, după care decizia ta de a-l părăsi l-a făcut pe partenerul tău încă și mai nefericit, fapt care te-a determinat să renunți la decizia ta, iar el a devenit ceva mai puțin nefericit decât înainte. Totuși, niciunul dintre voi nu este fericit. De aceea, nimic nu s-a schimbat, cu excepția faptului că nefericirea voastră a devenit ceva mai intensă pentru o vreme. Chiar și după ce valul a trecut, sunteți amândoi la fel de nesatisfăcuți și de nefericiți în cadrul acestei relații.

O altă opțiune constă în a-ți părăsi într-adevăr partenerul. În acest scop, tu te poți focaliza asupra tuturor

lucrurilor care te-au făcut să te simți nefericită în cadrul relației, justificându-ți astfel plecarea. Deși această focalizare asupra unor aspecte (vibrații) negative te va convinge definitiv că trebuie să te desparți de partenerul tău, tu nu te vei simți cu adevărat mai bine. Chiar dacă într-o primă fază vei simți o anumită ușurare după despărțirea de el (întrucât nu mai trebuie să suporți intensitatea nefericirii din cadrul relației), vei continua să simți nevoia de a-ți justifica faptul că l-ai părăsit, iar această focalizare asupra unor aspecte negative va continua să îți inducă o stare de neplăcere. În acest fel, chiar dacă te-ai îndepărtat de situația reală care te făcea să te simți nefericită, tu continui să o perpetuezi prin gândurile tale, simțindu-te (aproape) la fel de nefericită.

Pe scurt, tu nu poți *face* nimic pentru a-i împiedica pe ceilalți oameni să se simtă rău, întrucât ei nu se simt niciodată rău din cauza comportamentului *tău*. Nu există altă capcană mai mare în viață sau într-o relație decât să încerci să îi faci pe ceilalți oameni fericiți prin observarea emoțiilor *lor*, făcând apoi efortul de a compensa aceste emoții prin acțiunile *tale*.

Singura modalitate prin care poți fi fericită constă în a lua decizia de a fi fericită. Dacă îți asumi responsabilitatea pentru fericirea altei persoane, tu încerci imposibilul și te programezi singură pentru un disconfort foarte mare în viitor.

Să vedem acum ce opțiuni ai din perspectiva *Procesului de Pivotare* și a celui de alegere a *Aspectelor Pozitive:* sfatul nostru este să rămâi deocamdată în cadrul relației, fără a schimba nimic în comportamentul sau în acțiunile tale. Altfel spus, fă tot ce făceai și până acum: petrece-ți timpul împreună

cu partenerul tău etc. Opțiunea pe care o ai constă în a-ți schimba procesul de *gândire,* nu maniera în care *acționezi.* Rolul celor două procese este de a te ajuta să îți schimbi punctul de vedere, astfel încât să începi să îți spui povestea vieții tale (sau a relației tale, în cazul de față) dintr-o perspectivă diferită, care să te facă să te simți mai bine, nu mai rău.

Spre exemplu: *„M-am tot gândit să renunț la această relație, întrucât nu mă simțeam fericită în cadrul ei. Atunci când mă gândesc însă la despărțire, îmi dau seama că nu mă pot despărți și de mine însămi. De aceea, dacă voi pleca simțindu-mă nefericită, îmi voi lua această nefericire cu mine. Motivul pentru care îmi doream să părăsesc relația era acela de a mă simți mai bine. Mă întreb dacă nu ar fi posibil să mă simt mai bine chiar în cadrul acestei relații. Asupra cărui aspect al relației mele ar trebui să mă focalizez pentru a mă simți mai bine?*

Îmi mai amintesc încă de perioada în care eram îndrăgostită de acest bărbat. Mă simțeam foarte atrasă de el și abia așteptam să locuim împreună, pentru a vedea ce lucruri noi vom descoperi. Îmi plăcea această idee de a descoperi împreună lucruri noi. Ce mai, atunci când ne aflam la început, relația noastră mi se părea adorabilă. Cu cât a trecut însă timpul, cu atât mai limpede ne-am dat seama amândoi că nu ne potrivim chiar atât de bine. Nu cred neapărat că unul dintre noi a greșit cu ceva față de celălalt. Faptul că nu ne potrivim perfect nu înseamnă că unul dintre noi greșește. Înseamnă doar că este posibil ca altundeva să existe un partener mai potrivit pentru fiecare dintre noi.

Există atâtea lucruri care îmi plac la acest bărbat și pe care oricine le-ar aprecia: este atât de inteligent; este interesat de atât de multe lucruri; râde tot timpul și îi place să se distreze... Sunt încântată că am putut petrece atâta timp împreună cu el și am convingerea că amândoi am avut de profitat."

În aceste condiții, răspunsul nostru la întrebarea ta este următorul: tu nu poți controla durerea pe care o simte altcineva prin modificarea comportamentului *tău.* Îți poți controla în schimb propria durere, redirecționându-ți gândurile către alte aspecte ale vieții, până când durerea dispare și este înlocuită de o stare de spirit mai bună. *Atât timp cât te concentrezi asupra lucrurilor pe care ți le dorești cu adevărat, este imposibil să nu te simți mai bine. În schimb, dacă te concentrezi asupra lipsei lucrurilor pe care ți le dorești, este imposibil să te simți bine. Același lucru se întâmplă și dacă te concentrezi asupra incapacității altei persoane de a se simți bine.*

Voi, oamenii, sunteți atât de orientați către acțiune încât sunteți întotdeauna convinși că trebuie să reparați pe loc stricăciunile. La urma urmelor, partenerul tău nu a ajuns peste noapte în situația în care se află. El nu a ajuns în această situație nici măcar în timpul relației voastre, ci a urmat o cale foarte lungă, în care nefericirea lui s-a acumulat. De aceea, nu trebuie să îți imaginezi că o conversație de moment poate rezolva lucrurile. Tot ce poți face în momentul de față este să plantezi o sămânță micuță, dar foarte puternică, ce va da cândva rod bogat. Dacă o vei planta perfect și dacă o vei uda o vreme prin cuvintele tale, ea va continua să

crească mult timp după ce tu vei fi plecat, înflorind și dând rod.

Există numeroase relații pe care nu ar trebui să le continui, dar nu trebuie să renunți la niciuna dintre ele într-o stare de mânie, de vinovăție sau de autoapărare. Începe întotdeauna cu munca de schimbare a vibrațiilor personale și părăsește relația abia după ce ai ajuns să te simți bine în pielea ta. Dacă vei proceda în acest fel, ceea ce va urma nu va fi o repetiție a scenariului la care tocmai ai renunțat.

Eu nu sunt responsabil pentru creațiile celor din jur

Tu nu trebuie să îți asumi responsabilitatea pentru acțiunile sau emoțiile celor din jur. Dacă aceștia au probleme, îți poți imagina o situație în care problemele lor s-au rezolvat și în care se simt mai bine. Dacă vei proceda astfel, te vei simți *tu însăți* mai bine. Nu este exclus chiar să îi inspiri și pe ei prin atitudinea ta pozitivă, făcându-i să se trezească sau să o apuce instinctiv în direcția cea bună. Atunci când te gândești la ei, imaginează-ți că sunt fericiți. Nu relua niciodată în sinea ta conversațiile triste pe care le-ai avut cu ei. Lasă-i să își urmeze viața, iar tu ai grijă de viața ta. *Ai încredere că Sistemul lor de Ghidare îi va ajuta să își găsească propria cale.*

Capcana în care cădeți adeseori voi, oamenii, atunci când vă propuneți să îi ajutați pe cei din jur, este aceea că

gândiți: *„Cutare are nevoie de ajutorul meu întrucât nu se poate ajuta singur"*. Această convingere nu îl ajută însă cu nimic pe celălalt, întrucât în adâncul ființei sale, el știe foarte bine că *poate* să se descurce singur, ba chiar *își dorește* acest lucru.

Începe prin a-i spune partenerului tău ceva de genul: „Ești un om minunat. Deși noi nu am reușit să comunicăm perfect pe toate nivelele, sunt absolut convinsă că există undeva o parteneră ideală pentru tine. De aceea, îți acord libertatea de a o găsi și de a fi împreună cu ea. Caut-o! Nu mai doresc să te țin închis în această colivie, captiv într-o viață pe care niciunul dintre noi nu ne-o mai dorim cu adevărat. Doresc să fim amândoi liberi să ne urmăm visele (adevăratele dorințe). Nu îți spun adio pentru totdeauna. Îți spun doar: Haide să ne bazăm relația pe un nou tip de înțelegere, inspirat dintr-o dorință autentică și pasională, nu pe această teamă de a ne asuma responsabilitatea consecințelor posibile ale unei eventuale despărțiri".

Continuă apoi astfel: „Ori de câte ori mă voi gândi la tine, voi ști că deși te-am lăsat trist, ai devenit din ce în ce mai fericit după despărțirea noastră. Optez pentru a te considera fericit, pentru că aceasta este ipostaza ta care îmi place cel mai mult. De altfel, aceasta este și ipostaza pe care o preferi tu însuți în ceea ce te privește".

Știm că sună dur sau lipsit de inimă, dar este singura soluție posibilă.

Cum e mai bine: să asculți părerile celor din jur, sau să încerci cu orice preț să te simți mai bine?

Tu ai capacitatea de a pivota în orice condiții. Indiferent cât de negativă pare situația în care te afli pe moment, tu ai capacitatea interioară de a sesiza aspectele ei pozitive. Singurele obstacole care încearcă să te împiedice sunt vechile tale obișnuințe, sau eventual influențele din partea celor din jur.

Majoritatea oamenilor ascultă de obișnuințele lor, care sunt atât de bine înrădăcinate încât cea mai rapidă cale către fericirea pe care și-o doresc este de regulă pivotarea în timpul somnului, astfel încât a doua zi să se trezească avansând deja în direcția pe care și-o doresc. Dacă vei cultiva înainte de culcare numai gânduri care te fac să te simți bine, după care vei beneficia de perioada de somn, în timpul căreia mintea se liniștește și nu mai atrage rezonanțe negative, iar a doua zi dimineața te vei focaliza imediat după trezire asupra acelorași gânduri care te fac să te simți bine, tu poți trăi experiența supremă a *Pivotării.* Dacă vei urma această metodă timp de numai câteva zile, în modul tău de a gândi se va produce o mare schimbare, care va determina transformarea punctului tău de atracție. Pe scurt, vei descoperi schimbări benefice în aproape toate domeniile vieții tale.

Ce-ar fi dacă aș juca jocul *Ce-ar fi dacă?*

Auzind sfatul nostru de a face tot ce le stă în puteri pentru a sesiza aspectele pozitive ale oricărei situații în care se află, mulți oameni ne pun întrebări de genul: „Bine, dar ce se întâmplă dacă tocmai ți-ai pierdut slujba și ai o soție și cinci copii, iar peste două zile trebuie să plătești chiria și nu ai bani? Sau dacă unei femei îi bate la poartă poliția Gestapo, gata să o ia și să o ducă la camera de gazare? Cum ar putea astfel de oameni să pivoteze?"

La astfel de întrebări extreme, răspunsul nostru este întotdeauna același: este ca și cum te-ai arunca dintr-un avion aflat la o altitudine de șapte mii de metri, fără parașută, după care te-ai întreba: *„Și acum,* ce este de făcut?" Probabilitatea de a te afla vreodată într-o astfel de situație extremă, din care nu ai șanse foarte mari de scăpare, este extrem de mică. Chiar și așa, aceste situații extreme atrag după sine, dincolo de drama și de traumele aferente, o putere interioară care, dacă este focalizată corect, poate conduce la soluții pe care un outsider le-ar considera absolut uimitoare sau chiar miraculoase.

Altfel spus, nu există situație din care să nu poți scăpa sau căreia să nu îi poți găsi o soluție pozitivă, dar în acest scop trebuie să ai o putere de focalizare foarte mare. Din păcate, marea majoritate a oamenilor care se trezesc în astfel de situații nu și-au cultivat niciodată această putere, acesta fiind chiar motivul pentru care s-au și trezit în ele.

Atunci când ești implicat într-o situație extremă, din interiorul tău apare o putere care te poate conduce la salvare.

Dacă ești suficient de bine focalizat, tu poți face un mare salt spiritual într-un asemenea moment. De pildă, un om foarte bolnav se află în poziția de a se însănătoși mult mai rapid decât unul care suferă de o boală mai puțin gravă, întrucât *dorința* lui de bunăstare este amplificată. Desigur, dacă nu este capabil să pivoteze (adică să își modifice focalizarea atenției de la grija produsă de boală către bunăstare), el nu se va însănătoși.

Sfatul nostru este să joci jocul *Ce-ar fi (fost) dacă?*, încercând să descoperi noi aspecte pozitive. Altfel spus, în loc să contempli acele exemple de oameni care nu au niciun control asupra circumstanțelor din viața lor, mai bine spune-ți o poveste imaginară, dar care îți transmite un sentiment de putere. Schimbă astfel povestea celor care se simt victime neputincioase, amplificându-ți astfel propriul sentiment că ești o victimă.

Spre exemplu: *ce-ar fi dacă,* înainte ca Gestapo-ul să îi bată la poartă, această femeie și-ar fi dat seama cu câteva săptămâni înainte de holocaustul care va urma? *Ce s-ar fi întâmplat dacă* ea ar fi părăsit țara, la fel ca atâția alții aflați în poziția ei? *Ce-ar fi fost dacă* ea nu s-ar fi temut de necunoscut? *Ce s-ar fi întâmplat dacă* nu s-ar fi cramponat cu atâta încăpățânare de mediul ei familiar? *Ce-ar fi fost dacă* ea ar fi luat decizia să înceapă o viață nouă într-o altă țară, împreună cu sora, cu unchiul și cu mătușa ei, încă de acum două săptămâni, astfel încât să nu fie acasă atunci când Gestapo-ul a venit după ea?

Atunci când joci jocul *Ce-ar fi (fost) dacă?*, completează întotdeauna ceea ce urmează după cuvântul „dacă" cu

acele imagini pe care *dorești* să le vezi. Caută întotdeauna acele lucruri care te fac să te simți mai bine.

Nu a existat niciodată o situație care să nu aibă scăpare. Întotdeauna există sute și mii de alegeri pragmatice care te pot ajuta de-a lungul drumului. Din păcate, majoritatea oamenilor aleg, din obișnuință, perspectiva „lipsei", trezindu-se în cele din urmă în situații nedorite și aparent fără ieșire.

Dacă te vei focaliza fără încetare asupra intenției tale de a căuta dovezi ale Bunăstării, ale înfloririi, ale succesului și ale fericirii, tu îți vei pune vibrațiile personale la unison cu *aceste* aspecte, iar experiențele plăcute vor predomina în viața ta. *Indiferent unde voi merge astăzi, ce voi face și cu cine mă voi întâlni, intenția mea predominantă este de a vedea numai ceea ce doresc să văd.*

Dacă iei decizia de a nu mai fi un simplu observator al lumii tale, ci un creator activ și pozitiv al ei, vei constata că implicarea ta în ceea ce se întâmplă pe această planetă îți face o mare plăcere. Dacă remarci aspecte care nu îți sunt pe plac și care se petrec în lumea în care trăiești, în țara ta, în comunitatea sau în familia ta, ori chiar la nivelul corpului tău, amintește-ți că tu ai puterea de a-ți spune o poveste diferită, care are o putere uriașă de a-ți schimba realitatea. Fă astfel un pas înapoi și racordează-te din nou la cunoașterea minunată pe care ai avut-o atunci când ai luat decizia de a te naște în această lume.

Tu nu te poți afla într-un alt loc decât în cel în care te afli acum, dar ai puterea de a exprima situația ta actuală într-o manieră diferită, dintr-o altă perspectivă, mai plăcută. Dacă

vei face în mod conștient și deliberat acest lucru, vei constata rapid cât de mare este puterea focalizării tale asupra oricărui domeniu din viața ta.

Dacă iei decizia de a te simți bine și cauți cu perseverență numai aspectele pozitive ale situațiilor în care ești implicat în fiecare moment al zilei, identificând astfel numai ceea ce *îți dorești* în aceste situații, vei păși din ce în ce mai ferm pe calea satisfacției și fericirii eterne.

Aceste procese sunt ușor de înțeles și de aplicat, dar nu trebuie să te lași indus în eroare de această simplitate, subestimându-le astfel puterea. Aplică-le constant și demonstrează-ți astfel în permanență puterea gândirii aliniate. Descoperă puterea energiei care creează lumi – o putere la care ai avut întotdeauna acces, dar pe care acum o înțelegi suficient de bine pentru a o putea aplica – și focalizeaz-o asupra propriilor tale creații personale.

BCU IAȘI/CENTRU UNIVERSITAR

PARTEA a II-a

Atragerea banilor și manifestarea abundenței în viața ta

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

(Nota editorului american: Pentru mai multă claritate, în secțiunile în care există un dialog între Jerry și Abraham, numele vorbitorului va fi repetat la începutul fiecărei secțiuni.)

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Atragerea banilor și manifestarea abundenței în viața ta

Deși banii nu sunt absolut esențiali pentru experiența ta de viață, majoritatea oamenilor consideră că *banii* și *libertatea* sunt sinonime perfecte. Dat fiind că esența ființei umane include focalizarea intensă asupra dreptului ei de a fi liberă, rezultă că relația oamenilor cu banii este una dintre cele mai importante din experiența lor de viață. În aceste condiții, nu este de mirare că sentimentele lor în privința banilor sunt atât de puternice.

Deși unii au descoperit libertatea de a avea sume mari de bani, care le permit să trăiască experiențele pe care le doresc, cei mai mulți dintre oameni nu se simt liberi, întrucât consideră că au mai puțini bani decât ar avea nevoie. Scopul pe care ni-l propunem în această secțiune este de a clarifica de ce există această disparitate financiară, astfel încât să începi să permiți acestei abundențe financiare să pătrundă în experiența ta de viață, așa cum îți dorești și cum meriți.

Pe măsură ce vei citi aceste rânduri și vei începe să rezonezi cu adevărurile (bazate pe *Lege)* pe care le descriu ele, tu îți vei putea alinia dorințele personale cu vibrația abundenței, fapt care îi va permite în scurt timp acesteia să se materializeze în viața ta, lucru cât se poate de evident, inclusiv pentru cei din jur.

Indiferent dacă ai lucrat ani la rând pentru a atinge bunăstarea financiară sau ești doar un tânăr care abia își începe drumul în viață, călătoria către Bunăstarea financiară nu trebuie să fie deloc lungă. Ea nu necesită o mare investiție de timp și de efort fizic, ci doar – așa cum îți vom explica în continuare, în termeni simpli și ușor de înțeles – folosirea corectă a pârghiei energiei (rezonanței) care îți stă la dispoziție. Îți vom demonstra astfel că există o corelație perfectă între gândurile pe care le emiți în legătură cu banii, sentimentele tale atunci când te gândești la bani – și fluxul de bani care pătrunde în experiența ta de viață. Dacă vei putea stabili în mod conștient această corelație și dacă te vei decide să îți direcționezi în mod corespunzător gândurile, vei avea acces la întreaga putere a universului și vei constata că timpul și efortul fizic sunt mai degrabă irelevante pentru succesul tău financiar.

Vom începe așadar de la o premisă simplă, care funcționează deopotrivă în univers și în mica ta lume: *tu obții întotdeauna lucrurile la care te gândești.* Mulți oameni ripostează, spunându-ne: „Acest lucru nu poate fi adevărat. Mi-am dorit și m-am gândit cum să fac ca să am mai mulți bani de când mă știu, și totuși continui să mă lupt cu lipsurile financiare". Le dăm atunci un răspuns a cărui înțelegere este

foarte importantă inclusiv pentru tine, dacă dorești să îți îmbunătățești situația financiară: *Tema banilor include (la fel ca orice altă realitate) două aspecte polar opuse: (1) banii propriu-ziși, sumele mari de bani, sentimentul de libertate și confort pe care ți-l oferă sumele mari de bani; și (2) absența banilor, insuficiența lor, sentimentul de teamă și de dezamăgire pe care ți-l produce gândul că nu ai suficienți bani.*

Majoritatea oamenilor cred că dacă rostesc cuvintele: „Îmi doresc mai mulți bani", ei vorbesc pozitiv despre bani. În realitate, atunci când vorbești despre bani (sau despre orice alt subiect) și simți o stare de teamă sau de disconfort interior, tu nu vorbești de fapt despre bani, ci despre lipsa de bani sau despre insuficiența lor. Diferența este foarte mare, întrucât prima afirmație este de natură să atragă banii, în timp ce cea de-a doua îi îndepărtează și mai mult.

Este foarte important să înțelegi ce *gândești* cu adevărat, dar mai ales ce *simți* atunci când vine vorba de bani. De pildă, dacă îți spui frecvent lucruri de genul: „O, ce obiect frumos. Din păcate, nu mi-l pot permite", tu nu cultivi vibrația necesară care ți-ar putea permite să te bucuri de abundența pe care ți-o dorești. Sentimentul de dezamăgire care este prezent atunci când mărturisești că nu îți poți permite obiectul respectiv este un indicator evident că balanța gândurilor tale înclină mai degrabă către lipsa dorinței decât către împlinirea dorinței propriu-zise. *Emoția negativă pe care o simți ori de câte ori mărturisești că nu îți poți permite ceva ce îți dorești se traduce printr-o anumită manieră de a înțelege balanța gândurilor tale. La capătul opus se situează abundența de care te bucuri efectiv.*

Foarte mulți oameni continuă să perpetueze în viața lor experiențele de tip „nu am suficient" pentru simplul motiv că sunt incapabili să se gândească dincolo de situația pe care o experimentează la ora actuală. Altfel spus, dacă experimentează o lipsă de bani și se concentrează tot timpul asupra ei, vorbind frecvent despre ea, ei se cantonează în această poziție cronică. Așa se face că foarte mulți oameni protestează atunci când le spunem să își schimbe povestea legată de bani pe care și-o spun, fiind convinși că trebuie să respecte întru totul adevărul faptelor.

Este foarte important însă să înțelegi că dacă vei continua să te concentrezi exclusiv asupra realității tale *actuale,* gândindu-te la ea și vorbind despre ea, tu nu-ți vei putea schimba niciodată această situație în sensul dorit de tine. Oricât de multe locuri și oricât de mulți oameni ai schimba în viața ta, esența experiențelor tale financiare nu se va modifica în niciun fel. Dacă dorești să îți schimbi aceste experiențe, va trebui să emiți vibrații complet diferite, ceea ce înseamnă că va trebui să gândești în alți termeni, imaginându-ți situații care te fac să *simți* altceva.

Acțiunea care pornește de la premisa lipsei nu aduce beneficii

Jerry: Cu mulți ani în urmă aveam în proprietate un motel de lângă El Paso, Texas, când am primit un telefon de la H. L. Hunt, care la acea vreme era unul dintre cei mai bogați oameni din Statele Unite (fiind multimiliardar). Mi-a

spus că tocmai a cumpărat Ojo Caliente, o mică stațiune de pe Rio Grande aflată în declin financiar și că a auzit că aș fi avut informații utile cu ajutorul cărora l-aș fi putut ajuta să o pună pe picioare. În timp ce discutam în mica mea cafenea, mi-am dat seama că îmi este greu să îl urmăresc, întrucât nu puteam înțelege cum poate fi încă nemulțumit un om atât de bogat și de ce încearcă el să producă încă și mai mulți bani. M-am întrebat atunci de ce nu vinde pur și simplu locul, indiferent de preț, văzându-și apoi de viață și bucurându-se de banii pe care i-a acumulat deja.

Mai am un prieten care face parte din rândul multimiliardarilor. Odată, ne aflam în Rio de Janeiro, capitala Braziliei, și ne plimbam pe plajă. El îmi povestea despre problemele de afaceri pe care le avea, și îmi amintesc că m-a uimit faptul că un om atât de bogat poate avea probleme, de orice fel. În timp, am învățat însă de la tine, Abraham, printre multe altele, că adevăratul succes în viață nu are nimic de-a face cu banii pe care îi avem în cont sau cu lucrurile pe care le posedăm. Este adevărat?

Mai întâi de toate, trebuie să-mi găsesc echilibrul energetic

Abraham: Singurul rol pe care îl joacă lucrurile pe care le *posezi* și *acțiunile* pe care le faci constă în a-ți susține și a-ți dilata starea *existențială.* Altfel spus, singurul lucru care contează este ceea ce *simți,* iar ceea ce simți depinde exclusiv de alinierea ta cu *cel-care-ești-în-realitate.* Dacă începi cu

această aliniere, lucrurile pe care le acumulezi și acțiunile pe care le prestezi nu fac decât să îți amplifice și mai mult bunăstarea interioară. În schimb, dacă nu începi prin a-ți găsi această stare de echilibru vibratoriu și încerci să devii mai fericit acumulând lucruri sau participând la diferite activități în speranța că te vei simți mai bine, nu vei face decât să te dezechilibrezi și mai tare.

Noi nu te sfătuim să renunți la acumularea de lucruri sau la activitățile care îți fac plăcere, întrucât acestea reprezintă aspecte esențiale ale experienței tale fizice. Cu alte cuvinte, tu te-ai născut în această lume fizică cu intenția sublimă de a explora cât mai multe detalii legate de ea, cu scopul de a stabili astfel ce anume te face să crești și să îți dilați conștiința. Dacă încerci însă să avansezi de pe o poziție dezechilibrată, de cele mai multe ori nu faci decât să te dezechilibrezi și mai tare. *Dacă vei începe prin a stabili cum anume dorești să te simți sau să fii, lăsându-te apoi ghidat din acest centru în **acțiunile** tale de **acumulare** sau de altă natură, nu numai că îți vei păstra echilibrul, dar te vei bucura în plus și de lucrurile acumulate și de activitățile tale.*

Cei mai mulți dintre oameni își afirmă dorințele din perspectiva lipsei. De multe ori, ei își doresc diferite lucruri pentru simplul motiv că nu le posedă deja. De aceea, obținerea lor nu le satisface o nevoie profundă, întrucât întotdeauna vor exista alte obiecte pe care nu le vor poseda. Povestea devine astfel un cerc vicios, o luptă continuă pentru acumularea de obiecte, care se vor dovedi în final la fel de nenecesare ca și cele precedente. *Îmi doresc acest obiect pentru că nu îl am.* În naivitatea lor, acești oameni chiar cred

că obținerea obiectului respectiv îi va ajuta să își umple golul din interior. Acest mecanism sfidează însă *Legea.*

Orice acțiune efectuată din perspectiva lipsei se dovedește în final contraproductivă, conducând la o amplificare a senzației de lipsă. Vidul interior pe care încearcă acești oameni să îl umple nu poate fi umplut cu obiecte și nu poate fi satisfăcut prin acțiuni, pentru simplul motiv că esența lui o reprezintă dizarmonia dintre dorințele lor și tiparele lor mentale.

Vidul interior nu poate fi umplut decât cu ajutorul gândurilor care te fac să te simți mai bine, al relatării unei povești de viață diferite, al căutării aspectelor pozitive, al *pivotării* către acele lucruri pe care ți le dorești *cu adevărat* în viața ta, pe scurt, al schimbării perspectivei negative a lipsei cu orice fel de perspectivă pozitivă, inclusiv cu cea imaginară (de tip *Ce-ar fi dacă?).* Dacă îți vei umple vidul interior prin aceste metode, în viața ta reală se va întâmpla un lucru foarte interesant: lucrurile pe care ți le-ai dorit vor începe să vină singure la tine. Ele nu vor veni însă pentru a umple golul tău interior, care nici nu mai există de altfel, ci *tocmai pentru că* acest gol interior nu mai există.

Cu siguranță, tu poți acumula în această viață experiențe dintre cele mai sublime, și de orice natură. *Mesajul nostru nu este de a te determina să renunți la* ***dorințe, la posesiuni și la activități,*** *ci doar să îți dorești,* ***să acumulezi și să acționezi*** *din perspectiva bunăstării interioare.*

Nici banii, nici sărăcia nu mă fac fericit

Jerry: Abraham, există un aforism care spune că banii nu aduc fericirea. Pe de altă parte, viața m-a învățat că nici sărăcia nu te face mai fericit. Un lucru este însă sigur: banii nu reprezintă în sine *calea* care duce către fericire. În acest context, dacă *ideea* de a obține o realizare ne face fericiți, putem noi spune că merită să ne stabilim ca obiectiv această *realizare?* Și cum poate omul să își mențină această stare de fericire dacă atingerea obiectivului propus îl face să piardă prea mult timp și prea multă energie? Foarte multor oameni li se pare că realizarea obiectivului propus echivalează cu urcarea unei pante abrupte, după care urmează o scurtă perioadă de odihnă pe platou, urmată aproape imediat de un nou urcuș, încă și mai abrupt, pentru realizarea următorului obiectiv.

Cum poate omul să își păstreze fericirea interioară în timpul acestor urcușuri către îndeplinirea obiectivelor lor, astfel încât să nu fie nevoit să se lupte la infinit, pentru a exclama la un moment dat: „Am reușit!", pentru ca apoi să lupte din nou, și așa mai departe?

Abraham: Ai perfectă dreptate! Banii nu reprezintă o cale care duce către fericire, și așa cum ai observat foarte bine, nici sărăcia nu reprezintă o astfel de cale.

Este foarte important să realizezi că atunci când acționezi cu scopul de a atinge starea de fericire, tu te îndrepți către ea mergând cu spatele. Mult mai bine ar fi dacă ți-ai folosi capacitatea de a-ți direcționa gândurile și cuvintele către acele lucruri care te fac să te simți din ce în ce mai bine. După ce ai obținut în acest fel starea de fericire

interioară, aceasta nu numai că îți va *inspira* diferite acțiuni minunate, dar te va conduce și către obținerea unor rezultate excepționale.

Cei mai mulți dintre oameni își focalizează atenția în principal asupra evenimentelor care se petrec în momentul prezent. De aceea, dacă rezultatele obținute le sunt pe plac, ei se simt bine, dar dacă rezultatele nu le sunt pe plac, ei se simt rău. Este și acesta un mod de viață, dar nu cel mai inspirat. Dacă nu ai decât capacitatea de a vedea *ceea ce este (în momentul prezent),* tu nu poți face nimic pentru a-ți îmbunătăți situația. De aceea, dacă dorești să îți îmbunătățești experiența actuală, va trebui să găsești o modalitate de a privi cu optimism realitatea prezentă.

Dacă ai învățat cum să îți focalizezi în mod deliberat gândurile către acele imagini care te fac să te simți bine, nu este deloc greu să îți găsești fericirea și să îți menții această stare de spirit chiar și înainte de împlinirea obiectivelor pe care ți le-ai stabilit. Lupta de care vorbeai mai devreme nu apare decât datorită comparării continue a poziției tale actuale cu obiectivul către care te îndrepți. Dacă ții tot timpul acest scor, notând distanța care încă te mai separă de obiectivul propus, nu faci decât să amplifici această distanță și să îți mărești astfel efortul. De aceea ți se pare că te lupți să urci o pantă abruptă.

Dacă îți pasă de ceea ce simți și alegi numai gânduri care te fac să te simți bine, tu îți dezvolți noi tipare de gândire, cu bătaie mai lungă. *Legea Atracției* reacționează apoi la aceste gânduri care te fac să te simți bine și atrage către tine rezultate din ce în ce mai plăcute. *Lupta continuă nu conduce niciodată la un sfârșit fericit, întrucât sfidează* ***Legea.*** *„Nu*

voi fi fericit decât atunci când voi ajunge acolo" nu reprezintă un tipar mental productiv, pentru simplul motiv că dacă nu ești deja fericit, nu poți ajunge acolo. Singura ta șansă de a ajunge la destinație este să iei decizia de a fi fericit, și abia apoi să pleci la drum.

Eu sunt aici în calitate de creator plin de bucurie

Abraham: Voi, oamenii, nu vă aflați în această lume pentru a acumula sau pentru a consuma, ci pentru *a crea.* Atunci când priviți către o destinație, voi exagerați sentimentul de lipsă, adică distanța care vă separă de această destinație, iar această obișnuință mentală nu numai că vă poate întârzia atingerea destinației, dar vă poate chiar împiedica definitiv ajungerea în acest punct final. *Tu atragi către tine toate experiențele tale. Dacă vei face efortul de a privi numai aspectele pozitive ale vieții și de a emite numai gânduri care te fac să te simți bine, tu vei atrage numai lucruri pozitive în viața ta, iar ceea ce îți dorești se va îndeplini mai rapid.*

Sculptorul unei lucrări de artă nu simte cea mai mare satisfacție atunci când își termină lucrarea, ci în timpul procesului creator. Așa am dori noi să privești și tu experiența ta creatoare în planul fizic: *ca pe o devenire continuă, care generează o mare bucurie.* Dacă îți vei focaliza atenția exclusiv asupra lucrurilor care te fac să te simți bine, nu numai că vei obține o stare de bucurie

continuă, dar vei atrage din ce în ce mai mult către tine lucrurile pe care ți le dorești în viață.

Mulți oameni se plâng că li se pare nedrept să încerce să se simtă fericiți înainte de primirea lucrurilor care i-ar face fericiți. Ei cred că atunci când sunt nefericiți, „au nevoie" de evenimente fericite pentru a-și schimba starea de spirit, în timp ce atunci când sunt deja fericiți nu mai au nevoie de astfel de evenimente. Această perspectivă sfidează însă *Legea Atracției. De aceea, tu trebuie să găsești o modalitate de a simți* ***esența*** *lucrului sau situației pe care ți-o dorești înainte ca dorința să ți se îndeplinească* ***în mod manifest.*** *Altfel spus, tu trebuie să începi să te simți prosper înainte de a te bucura efectiv de prosperitate.*

Mulți oameni ne spun că își doresc mai mulți bani, iar atunci când îi întrebăm ce gândesc despre bani, ne răspund că au o atitudine absolut pozitivă în legătură cu aceștia. Dacă îi întrebăm însă ce simt atunci când trebuie să își plătească facturile, ei își dau seama că, în pofida aparențelor, atitudinea lor reală față de bani este una de îngrijorare, sau chiar de teamă. Cu alte cuvinte, majoritatea gândurilor lor legate de bani reflectă mai degrabă *faptul că nu au suficienți bani,* și nu *abundența* de care se bucură.

Puterea cheltuirii în plan energetic a banilor energetici

Abraham: Iată un proces care te poate ajuta să îți schimbi rapid balanța gândurilor legate de bani, atrăgând

astfel mai mulți bani în experiența ta de viață: păstrează tot timpul în buzunar o sută de dolari. De-a lungul zilei, constată în mod deliberat cât de multe lucruri ți-ai putea permite să cumperi cu acești bani: „Aș putea să-mi permit și cutare lucru, și celălalt obiect, și acest serviciu".

Cineva ne-a replicat odată că cu o sută de dolari nu poți să cumperi mare lucru în aceste vremuri, dar noi i-am explicat că prin cheltuirea mentală a acestei sute de dolari de o mie de ori pe zi, tu poți cheltui în plan energetic o sută de mii de dolari. Această focalizare pozitivă îți poate schimba dramatic balanța gândurilor legate de bani. Altfel spus, aceste cheltuieli mentale te pot ajuta să capeți o atitudine diferită față de bani, care va provoca o schimbare a punctului tău de atracție, și implicit o atragere a unui flux mai mare de bani în experiența ta de viață. *Aceasta este o Lege.*

Cineva ne-a spus odată: „Abraham, nu am o sută de dolari, așa că voi pune în buzunar un cec neîncasat care să le țină locul". I-am răspuns că metoda nu va funcționa, întrucât în acest fel va avea în permanență un sentiment de *datorie,* adică exact opusul sentimentului pe care ar trebui să îl trăiască. Scopul este să *simți* senzația de prosperitate. Indiferent dacă ai 20, 50, 1.000 sau 10.000 de dolari în buzunar, *folosește-te eficient de acești bani pentru a simți cât de frumoasă este viața atunci când ești bogat, și asta chiar acum.* Prin conștientizarea unui prezent prosper, tu vei atrage în viața ta mai multă prosperitate.

Faptul că „am nevoie" de bani nu va atrage banii în viața mea

Jerry: Abraham, una din marile dezamăgiri pe care mi le-a produs de-a lungul vremii încercarea mea de a-i ajuta pe oameni să obțină un succes financiar mai mare constă în faptul că cei care au *cea mai mare nevoie* de bani au parte de *cel mai mic* succes în aplicarea principiilor învățate de la mine, în timp ce cei care au *cea mai mică nevoie* de bani se bucură de *cel mai mare* succes. Acest lucru mă nedumerește, întrucât am crezut întotdeauna că cei care au cea mai mare nevoie de bani vor face cele mai mari eforturi pentru a-i obține, iar mai devreme sau mai târziu vor reuși.

Abraham: Orice om care se află într-o poziție de lipsă atrage mai multe lipsuri, oricât de mult ar acționa. Cu alte cuvinte, *senzația* intensă pe care o simt se dovedește mult mai puternică decât orice *acțiune* a lor. *Orice acțiune întreprinsă din perspectiva lipsei se dovedește contraproductivă.* Cei care nu sunt nevoiași nu simt nicio lipsă; de aceea, acțiunile lor sunt întotdeauna mai productive. Din acest punct de vedere, experiența pe care ai trăit-o se află într-o armonie deplină cu *Legea Atracției*, la fel ca orice altă experiență. În întregul univers nu există nicio experiență care să încalce această *Lege*.

Jerry: Am remarcat de asemenea că cei care nu se bucură de prea mult succes sau care nu sunt interesați deloc de obținerea acestuia sunt cei care au fost învățați de mici că banii sunt ceva rău și imoral, și că cel mai bun lucru este să rămână săraci, chiar dacă se simt neîmpliniți.

Abraham: Mulți oameni ajung să afirme că nu mai au nicio dorință pentru simplul motiv că de-a lungul vieții și-au dorit prea multe lucruri care nu s-au îndeplinit. Ei nu au înțeles niciodată că orice realitate are două fațete: cea manifestă și cea a lipsei. De aceea, ei s-au concentrat tot timpul asupra lipsurilor din viața lor, așa că au continuat să atragă alte lipsuri. În final, epuizați, ei au renunțat să își mai dorească ceva. Atunci când omul începe să asocieze dorința cu incapacitatea de a și-o îndeplini vreodată, respectiv cu o experiență neplăcută, el ajunge să-și spună: „De acum înainte nu îmi voi mai dori nimic, întrucât ori de câte ori îmi doresc ceva sfârșesc prin a mă simți mai rău decât înainte. De aceea, mi se pare infinit mai ușor să nu îmi mai doresc nimic".

Ce s-ar întâmpla dacă un om „sărac" nu s-ar simți deloc sărac?

Jerry: Să înțeleg că dacă alți oameni, care te observă și te compară cu ei înșiși, ajung la concluzia că ești un om sărac, dar *tu* nu *te simți* deloc sărac, înseamnă că nu te afli într-o stare de lipsă, și deci poți avansa rapid către mai multă abundență?

Abraham: Absolut corect. Opiniile celor din jur referitoare la tine nu au nicio incidență asupra punctului tău de atracție, în măsura în care nu te deranjează. Compararea experiențelor personale cu cele ale altor persoane poate amplifica sentimentul lipsei, dacă pornești de la premisa că ele au obținut un succes mai mare în viață decât tine. În acest

fel, tu îți activezi în interior un sentiment de „inferioritate". Pe de altă parte, nici observarea lipsei de prosperitate în experiența de viață a altor persoane nu te ajută să atragi către tine o prosperitate mai mare, pentru că *Legea Atracției* îți trimite întotdeauna acele lucruri la care te gândești.

Experiențele și situațiile pe care le atragi către tine, sau dimpotrivă, pe care le îndepărtezi de tine, nu au nimic de-a face cu experiențele și cu situațiile prin care trec alți oameni. *Un sentiment mai intens de prosperitate atrage întotdeauna după sine o mai mare prosperitate, chiar dacă realitatea curentă nu justifică acest sentiment inițial. Atenția focalizată asupra* ***propriilor*** *sentimente legate de bani reprezintă o activitate infinit mai productivă decât observarea celor din jur, pentru a vedea cum se descurcă aceștia.*

Atragerea unui flux mai mare de bani în viața personală nu presupune un efort atât de mare cum cred oamenii. Singura premisă care stă la baza ei este o balanță pozitivă a gândurilor legate de bani. Dacă îți dorești mai mulți bani, dar te îndoiești că îi poți obține, această balanță mentală este negativă. Dacă îți dorești mai mulți bani, dar ai convingerea că banii reprezintă ceva rău, nu ai cum să atragi acești bani în viața ta. La fel, dacă îți dorești mai mulți bani, dar te simți furios pe cei care se bucură deja de bogăție. Ori de câte ori simți o emoție asociată cu nesiguranța, invidia, injustiția, mânia, și așa mai departe, *Scala ta Emoțională de Ghidare* îți indică faptul că nu te afli în armonie cu dorința ta de a avea mai mulți bani.

Majoritatea oamenilor nu fac niciun efort pentru a se pune în armonie cu subiectul banilor. Dimpotrivă, ei își

petrec ani de zile, uneori o viață întreagă, concentrându-se furioși asupra nedreptăților sociale, încercând să stabilească dacă banii sunt ceva bun sau ceva rău, ba chiar încercând să dea tot felul de legi pentru a direcționa altfel fluxul financiar al lumii, în loc să facă un efort relativ mic (prin comparație cu încercarea imposibilă de a controla aceste circumstanțe exterioare), dar care le-ar putea aduce o răsplată uriașă.

Nimic nu este mai important decât să te simți bine. Atunci când te simți bine, tu te afli în armonie cu intenția pe care ai avut-o atunci când te-ai născut în această lume. Mulți oameni cred că munca grea și lupta sunt absolut necesare pentru a obține succesul; mai mult, că acesta este singurul mod onorabil de a trăi în această lume. Ce-i drept, momentele grele în viață, în care faci eforturi mari, te ajută într-adevăr să îți definești mai exact ce anume îți dorești cu adevărat, dar până când nu vei renunța la luptă, nu îți vei putea transpune niciodată dorințele în fapt.

Adeseori, oamenii simt nevoia de a-și demonstra propria valoare. Ei sunt convinși că dacă vor face acest lucru, vor primi în final răsplata promisă. Noi spunem altceva: tu ești deja un om vrednic de admirație și nu mai trebuie să demonstrezi nimănui acest lucru. De altfel, oricât de mult ți-ai dori, acest lucru este imposibil. Singura premisă necesară pentru a te putea bucura de răsplata sau de beneficiile pe care ți le dorești în viață este alinierea (punerea în armonie) cu esența acestor beneficii. Altfel spus, tu trebuie mai întâi de toate să te pui în rezonanță cu experiențele pe care dorești să le trăiești.

Noi știm că numai cuvintele nu sunt suficiente și că afirmațiile noastre legate de *Legile Universului* și de propria ta valoare nu te vor convinge în sine. Dacă vei înțelege însă premisele teoretice pe care ți le explicăm în aceste rânduri și dacă le vei transpune în practică, avem convingerea absolută că universul va răspunde vibrației tale îmbunătățite, iar tu te vei convinge de existența acestor *Legi*.

Procesul nu durează foarte mult și nu presupune foarte multă reflecție. Este suficient să încerci metodele indicate în această carte pentru a te convinge într-un timp relativ scurt de propria ta valoare și de capacitatea ta de a crea orice realitate îți dorești. Principalul motiv pentru care oamenii nu cred în propria lor valoare este acela că nu au descoperit până acum o modalitate prin care să obțină ceea ce își doresc. De aceea, ei ajung la concluzia incorectă că o forță exterioară nu este de acord cu dorința lor și îi împiedică să se bucure de împlinirea ei. Această concluzie este absolut greșită. Tu ești întotdeauna creatorul propriei tale experiențe.

Începe întotdeauna prin a face afirmații de genul: *„Doresc să fiu cel mai bun în ceea ce fac. Doresc să acționez, să posed și să trăiesc astfel încât să fiu în armonie cu ideea de bine suprem, așa cum o înțeleg eu. Doresc să mă armonizez, atât timp cât mă aflu în acest corp fizic, cu ceea ce cred eu că reprezintă o viață ideală"*. Dacă vei face astfel de afirmații, vei începe deja să te îndrepți către acel arhetip al vieții ideale (așa cum ți-l imaginezi tu), chiar dacă nu vei acționa în niciun fel până când nu te vei simți într-adevăr mai bine.

Care este povestea „abundenței mele financiare"?

Abraham: Principalul motiv pentru care foarte mulți oameni nu se bucură de abundența pe care și-o doresc este convingerea lor în puterea lipsurilor. Dacă pornești de la premisa că abundența este limitată și că nu toată lumea se poate bucura de ea, premisă care conduce la o revoltă împotriva injustiției care prevalează în această lume și care face ca unii oamenii să se bucure de mai mult decât alții, în detrimentul celor din urmă – tu te îndepărtezi singur de abundență. Absența succesului tău nu are nimic de-a face cu succesul altor persoane, ci doar cu comparația ta negativă și cu focalizarea atenției tale asupra propriilor lipsuri. Atunci când experimentezi o emoție negativă, generată de acuzarea altora de injustiție sau de acumularea unor bogății prea mari în detrimentul celor din jur, tu te situezi singur în poziția de a-ți nega propria abundență.

Ceea ce au sau nu au alții nu are nimic de-a face cu tine. Singurul lucru care îți influențează experiența de viață este felul în care te folosești de Energia Non-Fizică prin intermediul gândurilor tale. Propria ta abundență sau lipsă de abundență nu are nimic de-a face cu ceea ce fac sau au alții, ci numai cu gândurile tale. De aceea, dacă dorești să îți schimbi norocul, tu trebuie să începi să îți spui o poveste de viață diferită.

Foarte mulți oameni îi critică pe cei care trăiesc bine, acumulând terenuri, bani și bunuri. Aceste critici constante atestă cel mai bine tiparul lor mental de a gândi din pers-

pectiva lipsurilor. Acești oameni își doresc să se simtă mai bine și adeseori cred că dacă vor denigra lucrurile pe care sunt incapabili să le obțină, se vor simți mai bine. Acest lucru nu se întâmplă însă niciodată, întrucât focalizarea permanentă a atenției lor asupra lipsurilor perpetuează aceste lipsuri în viața lor, indiferent de ce s-ar apuca. În realitate, ei nu s-ar simți atât de rău observând realizările celor din jur dacă nu și-ar dori pentru ei înșiși aceste realizări. Aceste critici constante pe care le cultivă nu fac decât să îi îndepărteze (din punct de vedere energetic) de esența lucrurilor pe care și le doresc.

Dacă cineva te sună și îți spune: „Salut. Nu mă cunoști, dar te-am sunat ca să îți spun că de acum înainte nu te voi mai suna niciodată", tu nu vei simți nicio emoție negativă din cauza absenței acestei persoane din viața ta, pentru simplul motiv că nu ți-ai dorit-o niciodată. În schimb, dacă ai primi acest anunț de la cineva la care ții foarte mult, ai simți cu siguranță o emoție negativă puternică, întrucât anunțul nu ar corespunde cu dorințele tale.

Ori de câte ori simți o emoție negativă, aceasta arată că te opui prin gândurile tale actuale unei dorințe născute din experiența ta de viață. *Dizarmonia vibratorie reprezintă întotdeauna cauza oricărei emoții negative. Din fericire, emoția negativă te poate ajuta să te realiniezi energetic cu* ***cel-care-ești-cu-adevărat*** *și cu dorințele tale curente.*

Ce se întâmplă atunci când săracii îi critică pe bogați?

Jerry: Când eram copil, mă asociam întotdeauna cu oamenii săraci. Împreună cu alți tovarăși de joacă, obișnuiam să ne batem joc de oamenii bogați, de pildă de cei care conduceau mașini luxoase. Mai târziu, când am devenit adult și mi-am dorit să am la rândul meu un Cadillac, nu am reușit multă vreme, fiind în continuare convins că oamenii își vor bate joc de mine, la fel cum am procedat eu pe vremea când eram copil. De aceea, am preferat să îmi iau un Mercedes, deoarece cu ani în urmă oamenii o considerau o mașină a săracului.

Singura modalitate prin care m-am putut convinge în cele din urmă să îmi cumpăr un Cadillac a fost să îmi spun: *„Ei bine, cumpărând această mașină, îi ajut pe toți cei care au făcut un efort pentru a o produce. Contribui astfel la crearea de slujbe inclusiv în domeniile conexe, de furnizare a produselor componente și a materialelor din piele, din metal, din sticlă etc.“*. Nu mi-am putut cumpăra Cadillac-ul dorit decât după ce am trecut prin acest proces de justificare. Din fericire, am reușit astfel să descopăr o modalitate de a-mi schimba perspectiva, care m-a ajutat să atrag în viața mea acest simbol al prosperității.

Abraham: într-adevăr, acest gen de proces mental este foarte eficient. Dacă dorești să te simți bine și cultivi în mod deliberat gânduri care contribuie din ce în ce mai mult la această bunăstare interioară, tu te pui la unison cu dorința ta și renunți la rezistența care te-a împiedicat până acum să

te bucuri de împlinirea ei. *Focalizarea asupra opiniilor contrare ale celor din jur nu este niciodată productivă, întrucât conduce întotdeauna la o dizarmonie interioară, care te împiedică apoi să te bucuri de succesul dorit. Întotdeauna vor exista oameni care nu sunt de acord cu tine, iar focalizarea atenției tale asupra lor te va face să intri într-o dizarmonie* ***energetică*** *cu propriile tale dorințe. Ascultă întotdeauna de* ***Sistemul tău de Ghidare*** *și focalizează-ți atenția numai asupra sentimentelor tale, pentru a stabili astfel în ce măsură corespunde comportamentul tău cu dorințele tale.*

Întotdeauna vor exista oameni care sunt în dezacord cu tine, indiferent de subiectul ales. De aceea insistăm noi atât de mult asupra necesității de a te pune la unison cu *cel-care-ești-cu-adevărat.* Dacă ai încredere în tine însuți, adică dacă pornești de la premisa că ai acumulat suficientă experiență pentru a ști exact ce vrei și ai suficientă încredere în ghidarea oferită de emoțiile pe care le simți atunci când te gândești să faci sau să nu faci ceva, poți spune că te folosești de *Sistemul tău de Ghidare* în maniera corectă, care corespunde perfect intenției cu care a fost creat acesta.

Ce s-ar întâmpla dacă banii noștri și-ar pierde valoarea?

Jerry: Abraham, în trecut banii noștri erau constituiți în principal din monede de metal care aveau o valoare în sine. De pildă, moneda din aur de 20 de dolari era creată

din aur în valoare de 20 de dolari. La fel, dolarul de argint conținea argint în valoare de exact un dolar. De aceea, era ușor de înțeles în ce consta valoarea banilor. La ora actuală, banii de hârtie nu mai au o valoare în sine.

Personal, am apreciat întotdeauna valoarea banilor ca mijloc de schimb între valori și talente. Această perspectivă nu mi se pare totuna cu a schimba un pui contra unei sticle cu lapte sau a unei plase cu cartofi. La ora actuală, banii sunt devalorizați în mod artificial, ceea ce face și mai dificilă înțelegerea adevăratei valori a unui dolar. Acest proces îmi reamintește de cel de căutare a propriei valori: „Cât valorează talentul meu? Cât ar trebui să cer în schimbul timpului și energiei pe care le investesc?" Acum am aflat însă de la tine că noi nu trebuie să ne prețuim propria valoare, ci doar să stabilim ce anume ne dorim, iar apoi să permitem dorinței noastre să se îndeplinească.

Sunt conștient că mulți oameni se simt nesiguri în legătură cu viitorul lor financiar deoarece nu dețin controlul asupra valorii viitoare a dolarului. Această valoare este controlată sau manipulată de regulă de o mână de oameni. Mulți oameni sunt îngrijorați de o eventuală inflație, sau de o nouă recesiune. Mi-ar plăcea ca oamenii să înțeleagă ce ne-ai spus despre *Legea Atracției,* astfel încât să nu-și mai facă griji în privința lucrurilor pe care nu le controlează, cum ar fi valoarea dolarului.

Abraham: Ai atins un subiect foarte important în legătură cu banii. Într-adevăr, mulți oameni își dau seama că dolarul de astăzi nu mai valorează tot atât de mult ca și dolarul din trecut. Această perspectivă ține însă tot de lipsă,

așa că te împiedică să atragi către tine abundența de care dorești să te bucuri.

Noi dorim ca tu să înțelegi că dolarul și valoarea care îi este atribuită nu sunt atât de importante pentru experiența ta de viață pe cât crezi și că dacă ți-ai focaliza atenția asupra lucrurilor pe care ți le dorești cu adevărat, dar dintr-o perspectivă a *ființei,* nu a *posesiunii* sau a *acțiunii,* atunci banii de care ai avea nevoie pentru a-ți transpune dorința în practică ar curge cu ușurință și fără efort în viața ta.

Ne întoarcem astfel din nou la terminologia pe care am folosit-o atât de des până acum: *tu nu poți atrage opusul lipsei dacă te focalizezi asupra acesteia din urmă. De aceea, totul depinde de modificarea gândirii tale, astfel încât aceasta să se armonizeze cu esența lucrurilor care te fac să te simți bine.*

Orice gând pe care îl emiți vibrează și atrage vibrații similare. Atunci când te gândești la o lipsă, el vibrează pe o frecvență atât de străină *Ființei tale Interioare* încât aceasta nu poate rezona cu el. De aceea, tu simți o emoție negativă. Dacă emiți un gând de bucurie, de abundență sau de bunăstare, acesta se armonizează perfect cu *Ființa ta Interioară,* care vibrează pe aceeași frecvență. De aceea, simți automat o emoție pozitivă.

Tu poți avea întotdeauna încredere în emoțiile tale, care îți indică fără nicio posibilitate de dubiu de care parte a realității te situezi (îți reamintesc că orice realitate are două fațete). *Indiferent dacă este vorba de bani sau de lipsa lor, de sănătate sau de boală, de o relație sau de singurătate – **tu te simți întotdeauna bine atunci când te situezi în poziția de a atrage ceea ce îți dorești.***

Inversarea spiralei descendente

Jerry: Înainte, atunci când cunoşteam oameni care se confruntau cu probleme financiare, obişnuiam să îmi fac griji pentru ei. Îi priveam cum coboară pe o spirală descendentă, din ce în ce mai jos, până când intrau în faliment. Şi totuşi, după o perioadă nu foarte lungă de timp, ei îşi cumpărau un nou iaht, o nouă maşină de lux sau o nouă casă frumoasă. Viaţa nu se opreşte niciodată în loc. Mă întreb însă de ce nu s-au putut opri ei la timp din spirala lor descendentă înainte de a ajunge pe fundul prăpastiei, reluându-şi astfel mai devreme ascensiunea? De ce trebuie să treacă majoritatea oamenilor prin toate aceste nenorociri, mergând până la capăt, înainte de a se redresa?

Abraham: Cauza care stă la baza oricărei spirale descendente este focalizarea atenţiei asupra lipsei. Din cauza fricii lor că ar putea pierde ceva şi din cauza focalizării atenţiei lor asupra lucrurilor pe care le pierd, oamenii atrag în viaţa lor din ce în ce mai multe lipsuri. Atât timp cât atenţia lor nu se concentrează decât asupra pierderilor, ei vor continua să piardă din ce în ce mai mult. Cu cât încearcă mai mult să păstreze ceea ce au, să explice raţional pierderile suferite sau să dea vina pe alţii, cu atât mai multe pierderi atrag ei, întrucât se cantonează în latura negativă a ecuaţiei abundenţei.

Când ajung în sfârşit la fundul prăpastiei şi nu mai au ce pierde, centrul atenţiei lor se schimbă, şi odată cu el se modifică şi punctul lor de atracţie. Nemaiavând unde să privească în jos, ei îşi ridică din nou privirea în sus. Viaţa însăşi îi forţează să înceapă să-şi spună o poveste nouă.

Experiența ta de viață te învață să ceri numeroase lucruri minunate, atrăgându-le astfel către tine, în timp ce grijile, îndoielile, temerile, resentimentele, acuzațiile și invidia (sau orice alte emoții negative) indică faptul că gândurile tale predominante se împotrivesc atragerii acestor lucruri în viața ta. Este ca și cum bunurile ți-ar fi livrate la domiciliu, dar tu îți ții ușa închisă, așa că nu le poți primi. Dacă vei începe să îți spui o poveste diferită despre toate lucrurile pe care le-ai putea cumpăra cu o sută de dolari, dacă te vei relaxa și dacă te vei concentra mai mult asupra aspectelor pozitive din viața ta, pe scurt, dacă vei alege în mod deliberat capătul pozitiv al bățului energetic, ușa ta se va deschide și tu te vei putea bucura de toate lucrurile, experiențele și relațiile pe care ți le-ai dorit vreodată.

Războiul împotriva unui alt război este tot un război

Abraham: Recunoașterea faptului că ei sunt creatorii tuturor experiențelor din viața lor și învățarea procesului de redirecționare a gândurilor lor reprezintă un efort de adaptare pentru majoritatea oamenilor, întrucât ei au crezut foarte multă vreme că lucrurile nu se pot *întâmpla* decât dacă *acționează* în direcția lor. Ei au crezut în mod eronat că numai acțiunea îi poate conduce către obținerea lucrurilor pe care și le doresc și că dacă vor aplica o presiune asupra lucrurilor nedorite, acestea vor dispărea din viața lor. Așa s-a născut „războiul împotriva sărăciei", „războiul împotriva

drogurilor", „războiul împotriva SIDA" și „războiul împotriva terorismului".

Oricât de mult ai crede că respingerea lucrurilor nedorite le va determina pe acestea să iasă din experiența ta de viață, acest lucru nu se va întâmpla niciodată, întrucât se împotrivește *Legilor Universului.* Dovezile practice care susțin această idee sunt foarte numeroase. De pildă, toate războaiele pe care le declanșați voi nu rezolvă niciodată problemele, ci doar le agravează și mai tare. *Focalizarea atenției asupra unei lipse nu face decât să o amplifice și să o apropie și mai mult de tine, la fel cum focalizarea atenției asupra unei situații dezirabile o amplifică și o apropie și mai mult de tine pe aceasta din urmă.*

Dacă te relaxezi și te identifici cu bunăstarea ta naturală, făcând afirmații de genul: „Doresc să mă bucur de abundență și am încredere în *Legile Universului.* Am identificat lucrurile pe care mi le doresc, așa că acum mă voi relaxa și le voi lăsa să pătrundă singure în experiența mea", tu vei ajunge să te bucuri într-adevăr din ce în ce mai mult de lucrurile dorite. Invers, cu cât te lupți mai mult din cauza situației tale financiare, cu atât mai departe împingi de tine bunăstarea financiară. În schimb, dacă te relaxezi și te simți împăcat în ceea ce privește situația ta financiară, tu te deschizi practic în fața abundenței. Lucrurile sunt cât se poate de simple.

Atunci când vezi că altcineva se descurcă foarte bine cu banii și simți o emoție negativă din această cauză, consideră că primești un semnal care îți transmite faptul că gândurile tale actuale nu îți permit să te bucuri de abundența

pe care ți-o dorești. *Ori de câte ori adopți o atitudine critică față de felul în care alți oameni au făcut rost de bani sau își folosesc averea, tu respingi practic banii. În schimb, dacă înțelegi că ceea ce fac ceilalți cu banii lor nu are nimic de-a face cu tine și că principala ta menire este să gândești, să vorbești și să acționezi astfel încât să te simți din ce în ce mai bine, tu te pui în rezonanță nu doar cu banii, ci și cu toate celelalte domenii importante ale vieții tale.*

Putem reuși fără talent?

Jerry: Ce rol joacă talentul sau capacitățile personale în atragerea banilor sau a abundenței în viața noastră?

Abraham: Un rol foarte mic. În cea mai mare parte, aceste capacități personale au de-a face cu *acțiunea,* iar *acțiunea* nu justifică decât într-o măsură infinitezimală bunăstarea de care te bucuri. Singurele cauze reale ale cursului vieții tale într-o direcție sau alta sunt *gândurile* și *cuvintele* (cuvintele nu sunt altceva decât *gânduri* articulate).

Jerry: Vrei să spui că oamenii care nu dispun de talente sau de capacități remarcabile se pot totuși bucura de întreaga abundență financiară pe care și-o doresc?

Abraham: Absolut, cu condiția să nu se compare pe ei înșiși cu ceilalți (trăgând concluzia că nu au talente sau capacități deosebite). În cazul din urmă, ei s-ar simți minimizați, iar experiențele din viața lor ar urma așteptările lor negative.

Cel mai valoros talent pe care merită să ți-l dezvolți este talentul de a-ți direcționa gândurile în direcția dorită,

de a evalua rapid orice situație și de a stabili la fel de rapid ce anume îți dorești de la viață, focalizându-ți apoi întreaga atenție nedivizată asupra acestei dorințe. Acest talent este formidabil și poate atrage rezultate infinit mai valoroase decât cele la care conduc acțiunile de orice fel.

Putem obține noi ceva dacă nu dăruim?

Jerry: În aceste condiții, putem scăpa noi de convingerea că trebuie să *dăm* ceva în valoare de un dolar pentru a *primi* altceva în valoare tot de un dolar?

Abraham: În orice domeniu de viață, cunoașterea se naște întotdeauna exclusiv din experiență. La rândul ei, experiența se naște în urma gândurilor pe care le emiți. De aceea, dacă îți dorești ceva de foarte mult timp, dar te-ai concentrat tot timpul asupra absenței sale din viața ta, tu nu vei avea parte de obiectul respectiv (sau de situația, de persoana respectivă etc.). Așa se face că experiența personală poate conduce de multe ori la concluzia că abundența *nu este* posibilă, sau că obținerea ei presupune *un mare efort.* Altfel spus, atunci când ai avut parte de o viață grea, tu ajungi foarte ușor la concluzia că lucrurile bune nu pot fi obținute cu ușurință.

Dorința noastră este ca tu să înțelegi care este adevărata cauză a acestui conflict interior autocreat. Tu ar trebui să pornești de la o premisă diferită, înțelegând *Legile* care stau la baza întregii realități. O nouă înțelegere a *Legilor Universului* și dorința de a-ți spune o poveste diferită de viață

te pot conduce la obținerea unor rezultate complet diferite, care îți vor schimba la rândul lor convingerile și cunoașterea de până acum.

Tu ești singurul om care poate evalua eficacitatea acestor *Legi* în viața ta. Nimeni altcineva nu poate stabili în ce poziție te afli în raport cu ceea ce îți dorești (să fii, să ai etc.), și nimeni din afară nu poate stabili unde ar trebui să te afli. Tu ești singurul care poate face acest lucru.

Ei doresc să câștige la loteria norocului

Jerry: Mulți oameni speră că se va produce un miracol care îi va salva de datorii sau de munca pe care sunt nevoiți să o presteze în schimbul banilor de care au nevoie. Cei mai mulți dintre ei spun că își doresc să câștige la loterie, obținând astfel abundența dorită pe banii altora, care vor pierde.

Abraham: Dacă *așteptările* lor ar fi corect poziționate, aceasta ar putea fi într-adevăr o modalitate de a obține abundența dorită. Din păcate pentru ei, majoritatea celor care joacă la loterie cunosc imensa probabilitate de a nu câștiga, așa că *așteptările* lor reale de a câștiga sunt destul de infime.

Jerry: Cum se leagă în acest caz *speranța de a câștiga* cu *așteptarea de a câștiga*?

Abraham: Așa cum *speranța* este mai productivă decât *îndoiala – așteptarea* este mai productivă decât *speranța*.

Jerry: În acest caz, cum se poate aștepta cineva la ceva de care nu a avut parte până atunci în experiența sa de viață? Cum te poți aștepta la ceva ce nu ai experimentat niciodată?

Abraham: Nu trebuie să *ai* neapărat bani pentru a *atrage* banii. În schimb, nu poți atrage bani dacă *te simți sărac.* Secretul constă în a descoperi o modalitate prin care să îți îmbunătățești ceea ce simți chiar din poziția în care te afli, înainte ca lucrurile să înceapă să se schimbe efectiv. *Prin schimbarea atenției de la lucrurile care nu merg bine în viața ta către cele de care ai dori să te bucuri, prin schimbarea poveștii de viață și redirecționarea ei de la ceea ce nu-ți place la ceea ce ți-ar plăcea etc., punctul tău de atracție se va schimba, iar tu vei obține rezultate diferite. În scurt timp, noile rezultate obținute îți vor schimba și mai radical convingerile și gândurile, direcționându-le către o abundență din ce în ce mai mare, pe care o vei atrage astfel în viața ta. Mulți oameni își spun (cu amărăciune): „Bogații devin din ce în ce mai bogați, iar săracii din ce în ce mai săraci". Așa este, dar acum ți-am explicat și motivul pentru care se întâmplă acest lucru.*

Caută întotdeauna noi modalități de a te simți bine. Identifică ceea ce îți dorești și focalizează-ți gândurile numai asupra lucrurilor care te fac să te simți bine.

Viața trăită în abundență nu înseamnă „magie"

Abraham: În timp ce îți explicăm din perspectiva noastră natura abundentă a universului și bunăstarea potențială de care te-ai putea bucura, întrucât îți stă în permanență la dispoziție, ne dăm seama că simpla lectură a

acestor cuvinte nu se traduce instantaneu în adoptarea cunoașterii noastre de către tine. Oricât de mult ți-am cere să ai încredere, sau cel puțin să „încerci" să înțelegi ce îți spunem, tu nu poți adopta pe loc această cunoaștere atât de diferită de tot ce ai știut până acum, pentru simplul motiv că singura cunoaștere valabilă este cea oferită de experiența ta personală de viață.

Convingerile la care ai ajuns ca urmare a experienței tale de viață sunt foarte puternice, iar noi înțelegem că nu poți renunța imediat la ele, înlocuindu-le cu alte convingeri străine. De altfel, o bună parte din convingerile tale sunt suficient de productive, așa că nu trebuie neapărat să le schimbi. Un lucru este însă cert: tu poți începe chiar de astăzi un proces care îți va transforma dramatic viața în bine și care nu presupune o renunțare imediată a convingerilor în care crezi la ora actuală: *tu îți poți spune o poveste diferită de viață, mai pozitivă, mai frumoasă și care să te facă să te simți mai bine. Aplică această metodă în toate domeniile care ți se par importante.*

Nu-ți relata povestea vieții ca pe un documentar arid, bazat pe fapte științifice, cântărind argumentele pro și contra, ci spune-ți o poveste magică despre miracolul vieții tale. Apoi privește ce se întâmplă. Viața ta se va transforma în scurt timp, ca prin magie. De fapt, nu este vorba de niciun fel de magie, ci doar de acțiunea *Legilor Universului* și de punerea ta deliberată la unison cu aceste *Legi*.

Merită să renunțăm la libertate în schimbul banilor?

Jerry: Deși știu că am intitulat această carte *Banii și Legea Atracției,* adevăratul ei subiect este atragerea *abundenței* în toate domeniile vieții noastre. Încă din copilărie, am fost conștient de lupta americanilor împotriva crimei. Și totuși, la ora actuală rata crimelor este mult mai ridicată decât pe vremea când eram copil. Am citit recent că țara noastră are un procent mai mare de deținuți decât orice altă țară din lumea „liberă".

Americanii se luptă de când mă știu cu bolile, dar cu cât există mai multe spitale, cu atât mai mare devine numărul bolnavilor. Procentul celor care suferă fizic este mai mare astăzi ca în orice altă perioadă din istoria Americii.

În lupta lor pentru a instaura pacea mondială, americanii au făcut presiuni uriașe împotriva războiului, și totuși, a trecut atât de puțin timp de când visam cu toții cu ochii deschiși: „Nu-i așa că e minunat că ne putem bucura în sfârșit de pace [după căderea zidului Berlinului]?" Nici nu am apucat să ne dezmeticim bine că ne-am trezit implicați în alte câteva războaie, iar acum am ajuns să construim noi ziduri chiar în jurul *acestei* națiuni!

Peste toate, aud atâtea lucruri despre presiunile care se fac împotriva abuzurilor copiilor, și totuși, în fiecare an procentul cazurilor de copii abuzați crește.

Parcă am fi urmăriți de un blestem: nimic din ceea ce încercăm să facem pentru a opri diferitele fenomene negative nu ne reușește. Singurul domeniu în care această țară pare

să continue să meargă într-o direcție pozitivă este cel al *abundenței.* Avem atâția bani și atâta mâncare încât am putea să ajutăm întreaga lume cu surplusul nostru, și cu fiecare an care trece văd din ce în ce mai multe posesiuni în jurul meu. Din acest punct de vedere, pot spune că în America s-a produs într-adevăr o schimbare pozitivă.

Din păcate, în încercarea lor de a obține abundența financiară, tot mai mulți oameni par să își piardă puțin câte puțin libertatea individuală, renunțând la ea în schimbul banilor. Pe de altă parte, există oameni care au foarte mult timp liber la dispoziție, dar atât de puțini bani încât nu se pot bucura cu adevărat de timpul lor. Invers, există oameni cu foarte mulți bani, dar cu atât de puțin timp încât nu se pot bucura cu adevărat de banii lor. Rareori mi se întâmplă să cunosc o persoană care dispune simultan de foarte mulți bani și de suficient timp liber pentru a se bucura de ei. Abraham, vrei să comentezi această perspectivă?

Abraham: Indiferent dacă ești focalizat asupra lipsei banilor sau asupra lipsei de timp, tu te focalizezi asupra lipsei a ceva ce îți dorești și opui astfel rezistență lucrului dorit. Indiferent dacă emoția negativă pe care o simți se datorează unei lipse de timp sau de bani, tu simți o emoție negativă care arată că te afli într-o stare de opoziție, care te împiedică să te bucuri de ceea ce îți dorești.

Dacă simți că nu ai suficient timp liber pentru a face tot ce îți dorești să faci, înseamnă că focalizarea atenției tale asupra ideii de lipsă are un impact mult mai negativ asupra ta decât îți dai seama. *Sentimentul că ești copleșit reprezintă cel mai bun indicator al faptului că îți refuzi singur accesul*

la diferite idei, întâlniri și alte forme de cooperare care te-ar putea ajuta dacă nu te-ai opune. De fapt, este un cerc vicios: simți că nu ai timp, apoi te concentrezi asupra programului tău extrem de încărcat, iar în final te simți și mai copleșit. În tot acest timp, tu emani o vibrație care face imposibilă orice îmbunătățire.

Tu trebuie să începi să îți spui o poveste diferită de viață. Nu mai continua să îți repeți la infinit cât de multe lucruri ai de făcut și faptul că nu te ajută nimeni. Tu ai un întreg univers cooperant la picioarele tale, gata și capabil să te ajute în mai multe feluri decât îți poți imagina la ora actuală. Din păcate, tu îți refuzi singur beneficiul colaborării sale, plângându-te tot timpul de cât de multe lucruri ai de făcut.

Dacă simți că nu ai suficienți bani, focalizarea atenției tale asupra acestei lipse blochează orice flux financiar care ar putea curge către tine. Fără să vrei, te trezești că ești din ce în ce mai absorbit în aceste gânduri legate de lipsa financiară și devii pe zi ce trece din ce în ce mai incapabil să te gândești la ceea ce îți dorești cu adevărat. Tu trebuie să începi să îți spui o poveste diferită de viață. Trebuie să descoperi o modalitate prin care să creezi în viața ta un sentiment de abundență înainte ca aceasta să devină manifestă pentru tine.

Dacă începi să te simți din ce în ce mai liber în privința banilor și a timpului liber, multe uși se vor deschide în fața ta, mulți oameni vor încerca să te ajute, multe idei eficiente îți vor ieși în cale, iar evenimentele se vor derula în cascadă în viața ta. Dacă îți vei schimba felul de a gândi și de a

simți, vei putea avea acces la Energia care creează lumile. Aceasta ți-a stat întotdeauna la dispoziție, așteptând ca tu să o accesezi.

Unde conduc emoțiile negative legate de dolari sau de cancer

Jerry: În acest caz, cum se explică faptul că dacă ai o emoție negativă în legătură cu banii, tu *nu* ai parte de ei, dar dacă îți spui: „Nu doresc să mă îmbolnăvesc de cancer", te îmbolnăvești totuși?

Abraham: Iată cum funcționează acest mecanism: tu obții întotdeauna esența lucrurilor la care te gândești. De aceea, dacă te gândești la *absența* stării de sănătate, tu ai parte de boală. Dacă te gândești la lipsa de bani, tu nu ai parte de ei. Ceea ce *simți* îți indică în ce măsură atragi aspectele pozitive sau negative ale realității dorite.

Universul nu cunoaște cuvântul *nu.* Dacă spui: *„Nu, nu doresc această boală"*, focalizarea atenției tale asupra subiectului bolii determină universul să traducă astfel afirmația ta: *„Da, vino la mine, boală pe care nu te doresc"*.

Orice subiect asupra căruia îți concentrezi atenția reprezintă o invitație care atrage esența subiectului respectiv. Astfel, dacă îți spui: *„Îmi doresc bani, dar nu am cum să-i obțin"*, focalizarea atenției tale asupra lipsei de bani echivalează cu a spune: *„Vino la mine, lipsă de bani, chiar dacă nu te doresc"*.

Atunci când te gândești la bani într-o manieră capabilă să-i atragă către tine, tu te simți întotdeauna bine.

Invers, atunci când te gândești la bani într-o manieră care îi ține departe de tine, tu te simți întotdeauna rău. De aceea, este foarte ușor să faci diferența.

Așadar, întrebarea ta se traduce de fapt astfel: „De vreme ce fac cancer dacă mă focalizez asupra lipsei de sănătate, cum se face că nu pot obține bani dacă mă focalizez asupra lipsei de bani?" Primirea banilor, *pe care ți-i dorești,* echivalează cu primirea stării de sănătate, *pe care ți-o dorești.* Primirea cancerului, *pe care **nu** ți-l dorești,* echivalează cu lipsa de bani, *pe care **nu** ți-o dorești.*

Urmărește întotdeauna ce fel de gânduri îți trec prin minte sau ce cuvinte rostești. Cultivă numai gândurile și cuvintele care îți transmit o stare pozitivă de spirit, și în acest fel vei atrage ceea ce *îți dorești* cu adevărat. Atunci când simți o emoție negativă, înseamnă că ești pe punctul de a atrage o realitate pe care *nu ți-o dorești.*

Nu s-a luptat pentru bani?

[Urmează o întrebare pusă de o participantă la un seminar Abraham-Hicks.]

Întrebare: Am o prietenă care și-a susținut financiar fostul soț timp de zece ani. Ea a muncit din greu și a avut grijă de el în tot acest timp, adeseori luptându-se pentru a câștiga suficienți bani pentru amândoi. În cele din urmă, ea s-a săturat de incapacitatea lui de a contribui din punct de vedere financiar, iar cei doi s-au despărțit. Soțul ei nu a dat niciodată semne că i-ar fi păsat în mod serios de bani, iar

acum a moștenit peste un milion de dolari, pe care nu este dispus însă să-i împartă cu fosta lui soție (prietena mea), deși aceasta l-a susținut în toți acești ani.

Nu mi se pare corect faptul că ei i-a păsat de bani și a muncit din greu pentru ei, dar a primit atât de puțin în schimb, în timp ce el nu s-a agitat niciodată să facă rost de bani, aproape că nu a muncit în întreaga sa viață, iar acum a moștenit peste un milion de dolari. Cum este posibil așa ceva?

Abraham [restul acestui capitol este alcătuit din răspunsul lui Abraham]: Dacă vei înțelege *Legea Atracției* așa cum o înțelegem noi, povestea ta va căpăta un sens perfect. Prietena ta a muncit din greu, s-a încărcat cu resentimente și s-a focalizat exclusiv asupra lipsei de bani, iar universul a răspuns cu precizie la *sentimentele* ei. Pe de altă parte, soțul ei s-a simțit tot timpul liber, a refuzat să se simtă vinovat și s-a așteptat tot timpul să se descurce cu ușurință, iar universul a răspuns cu aceeași precizie la *sentimentele* lui.

Mulți oameni cred că trebuie să muncească din greu, să se lupte, să plătească un preț și să simtă durere pentru a fi în cele din urmă răsplătiți pentru lupta lor. Această viziune nu este susținută însă de *Legile Universului: nimeni nu poate ajunge la o destinație fericită după o călătorie nefericită. Acest lucru ar sfida însăși* ***Legea.***

Povestea ta nu conține nicio dovadă care să ateste că *Legea Atracției* nu funcționează. În plus, tu te-ai bucurat de beneficiul de a-i cunoaște pe acești doi oameni, de a vedea în acțiune atitudinile lor și rezultatele de care au avut parte:

unul dintre ei a muncit din greu și s-a luptat cu viața, făcând tot ce l-a învățat societatea, dar nu a obținut ce și-a dorit... în timp ce celălalt a refuzat să se lupte, s-a bucurat de libertatea sa, iar în final a primit resursele necesare pentru a se bucura de și mai multă libertate.

Mulți oameni vor spune: „Poate că povestea aceasta corespunde *Legilor Universului,* dar cu siguranță nu este corect ce s-a întâmplat". Noi spunem însă altceva: dacă te vei sincroniza cu această *Lege* atotputernică, mai devreme sau mai târziu tu vei înțelege și justiția ei perfectă.

De vreme ce îți poți controla propriile gânduri, ce poate fi mai corect decât reacția universului, care îți oferă exact corespondentul vibrației pe care o emani tu? Ce poate fi mai corect decât să existe o lege imuabilă, care face ca toată lumea să primească exact ceea ce oferă (din punct de vedere energetic)? Dacă vei începe să îți controlezi propriile gânduri, acest sentiment de injustiție va dispărea și va fi înlocuit cu o mare exuberanță și cu dorința vie de a crea tot ceea ce îți dorești, conform menirii cu care te-ai născut. *Învață din exemplele pe care ți le oferă universul cum funcționează* ***Legile*** *sale.*

Dacă pornești de la premisa că trebuie să lucrezi din greu pentru a binemerita banii pe care îi primești, nu vei primi niciodată bani *decât dacă* muncești din greu. Banii care pot fi obținuți printr-un efort fizic direct sunt foarte puțini însă prin comparație cu cei care pot fi obținuți prin alinierea armonioasă a gândurilor. Suntem convinși că ai observat și tu imensa disparitate între oamenii care fac eforturi uriașe, dar primesc foarte puțin în schimbul lor, și alții care aproape

că nu fac nimic, dar care primesc foarte mult în schimb. Noi dorim ca tu să înțelegi că această disparitate există numai în raport cu *acțiunile* lor, nu și în privința *alinierii* energiilor pe care le emană. Din acest punct de vedere, nu există nicio injustiție.

Succesul financiar sau orice altă formă de succes nu presupune foarte multă muncă sau un efort fizic foarte mare, ci doar o realiniere a gândurilor. Este absolut imposibil să emiți gânduri negative în legătură cu un lucru pe care ți-l dorești, obținând apoi lucrul respectiv prin activitatea ta sau prin muncă grea. Dacă vei învăța să îți direcționezi corect gândurile, vei descoperi cât de mare este justiția oferită de alinierea energiilor.

Cei mai mulți dintre voi sunteți mai aproape de norocul financiar decât vă permit să credeți propriile voastre dorințe. Din păcate, ori de câte ori vă trece prin minte un astfel de gând norocos, voi îl respingeți automat, gândindu-vă cât de dezamăgiți ați fi dacă lucrurile nu s-ar întâmpla astfel. Din cauza acestor gânduri legate de lipsă, voi nu vă permiteți nicio așteptare cu adevărat măreață legată de bani. Așa se explică de ce experiențele voastre financiare sunt mai degrabă mediocre (în cazul celor mai mulți dintre voi).

Voi aveți dreptate atunci când spuneți că: *„Banii nu reprezintă totul în viață"*. Într-adevăr, nimeni nu are nevoie de bani pentru a se bucura de experiențele sale, dar în societatea voastră se pune un accent atât de mare pe bani încât voi ați ajuns să îi asociați cu libertatea, iar libertatea reprezintă într-adevăr un concept foarte important pentru ființa voastră profundă. De aceea, alinierea armonioasă a

gândurilor voastre legate de bani vă poate ajuta să obțineți un anumit echilibru interior, care vă va fi de folos în alte domenii de viață.

Te simți confortabil atunci când cheltuiești bani?

Unul din cele mai prevalente tipare mentale legate de bani din societatea modernă a fost exprimat perfect de o femeie care ne-a spus că simte întotdeauna o stare de disconfort interior atunci când trebuie să cheltuiască din banii pe care îi are. În timp, ea a reușit să pună deoparte o sumă destul de mare de bani, dar ori de câte ori își propunea să cheltuiască din ei, ea „îngheța" și „se temea să meargă mai departe".

I-am explicat: Atitudinea ta este de înțeles. Tu pornești de la premisa că singura modalitate de a obține bani este munca ta. Conștientă că nu vei putea munci de-a pururi, tu te cramponezi de acești bani și nu îți vine să îi risipești, astfel încât suma pe care o ai să dureze cât mai mult. Din păcate, această atitudine mentală orientată către lipsă te împiedică să te bucuri de un flux financiar mai consistent.

Dacă simți o stare de disconfort atunci când cheltuiești bani, noi nu te încurajăm în niciun caz să cheltuiești atât timp cât simți disconfort, întrucât nicio acțiune care are la bază o emoție negativă nu poate aduce vreodată ceva bun. Adevăratul motiv al disconfortului tău nu este însă acțiunea de a-ți cheltui banii, ci faptul că gândurile tale legate de bani

nu corespund (din punct de vedere vibratoriu) cu dorințele tale reale. *Convingerea ta în lipsa banilor nu va rezona niciodată cu cunoașterea sinelui tău profund, care știe că în univers nu există lipsuri. Orice focalizare a atenției asupra unei lipse (de orice fel) va genera întotdeauna o emoție negativă înlăuntrul tău. Aceasta este maniera în care* ***Sistemul tău de Ghidare*** *te avertizează că te-ai îndepărtat de înțelegerea corectă a conceptelor de abundență și de bunăstare.*

Descoperă o modalitate de a scăpa de această stare de *disconfort* și transformă-l chiar într-un sentiment de speranță, iar mai târziu într-o *așteptare* pozitivă. Vei constata astfel că actualul sentiment de „înghețare" se transformă în *încredere* și în *entuziasm.* Atât timp cât te vei focaliza asupra lipsei de *bani* sau a faptului că nu mai ai foarte mulți *ani* de trăit (astfel încât fiecare zi care trece reprezintă o apropiere de sfârșitul vieții tale), acest sentiment interior de declin va fi contrar înțelegerii superioare a naturii eterne a Ființei tale.

Dacă te vei pune la unison, prin așteptările tale, cu abundența eternă, banii vor intra cât se poate de ușor în experiența ta de viață și vor ieși din ea la fel de ușor, la fel ca și aerul care intră și iese din plămânii tăi. Tu știi foarte bine că nu trebuie să îți faci rezerve de aer care să-ți ajungă pentru o săptămână sau pentru un an și că este suficient să inspiri și să expiri, știind că vei primi de fiecare dată aerul de care ai nevoie. La fel se petrec lucrurile și în cazul banilor.

Tu ai la dispoziție toți banii din lume. Tot ce trebuie să faci este să *le permiți* să facă parte integrantă din experiența ta de viață. Pe măsură ce banii încep să vină la

tine, tu trebuie să le permiți cu delicatețe să și plece, conștient că în locul lor vor veni alții, la fel ca și aerul respirat. Nu trebuie să te cramponezi de banii tăi (ca și cum ți-ai reține respirația), căci în acest fel vei bloca venirea altor bani. *Fii sigur* că vor veni și alții.

Mulți oameni protestează împotriva acestor principii, povestindu-ne diferite istorii legate de lipsuri și sărăcie sau indicându-ne „realitatea" lipsurilor cu care s-au confruntat, la care au fost martori sau de care au auzit. Noi înțelegem că există nenumărate exemple de oameni care se confruntă cu lipsa lucrurilor pe care și le doresc, dar dorim ca tu să înțelegi că aceste experiențe nu se datorează faptului că ei nu au acces la abundență, ci doar faptului că *nu îi permit* acestea să pătrundă în viața lor.

Dacă vei continua să povestești istorii legate de lipsuri, nu vei face decât să îți contrazici singur dorința personală de abundență, căci este imposibil să te concentrezi asupra lucrurilor *nedorite* și să primești în același timp lucrurile *dorite*. Este imposibil să te concentrezi asupra poveștilor legate de bani care te fac să te simți neconfortabil și să te bucuri de abundență financiară (care îți induce o stare de spirit confortabilă). Dacă dorești să te bucuri de rezultate diferite, începe să îți spui o poveste diferită legată de bani.

Iată cum poți începe această poveste: *„Doresc să mă simt bine. Doresc să mă simt productiv și expansiv. Gândurile mele stau la baza atragerii tuturor lucrurilor pe care le consider bune, printre care se numără și o sumă suficient de mare de bani pentru a mă simți confortabil și pentru a mă bucura de ei, dar și o stare bună de sănătate*

și oameni minunați în jurul meu, care să mă stimuleze, să mă inspire și să mă umple de entuziasm...".

Începe să îți spui povestea vieții dorite de tine, iar apoi adaugă diferite detalii ale aspectelor pozitive care corespund dorințelor tale. În final, amplifică-ți această așteptare pozitivă dând diferite exemple: *„Nu ar fi frumos dacă...?"*

Afirmă lucruri de genul: *„Nu mi se pot întâmpla decât lucruri bune. Deși nu cunosc toate răspunsurile și nici toți pașii pe care îi am de urmat, și nu pot identifica încă toate ușile care mi se vor deschide, știu sigur că pe măsură ce voi avansa în timp și în spațiu, calea îmi va deveni evidentă. Știu sigur că pe măsură ce voi progresa de-a lungul ei, lucrurile îmi vor deveni din ce în ce mai clare".* De fiecare dată când îți vei repeta această poveste, te vei simți din ce în ce mai bine, iar detaliile vieții tale se vor îmbunătăți. Cu cât te vei simți mai bine, cu atât mai multe prilejuri îți va oferi viața pentru a te simți bine.

Cum să fac ca să îmi schimb Punctul de Atracție?

Unii oameni își fac griji că și-au repetat atât de mult timp povestea lucrurilor pe care nu și le doresc în viață încât nu le-a mai rămas suficient timp pentru a recupera toți acei ani în care s-au gândit numai la lipsuri financiare. În realitate, ei nu au niciun motiv real de îngrijorare.

Deși este adevărat că tu nu te mai poți întoarce înapoi în timp pentru a anula toate acele gânduri negative, nu ai de

fapt niciun motiv să faci acest lucru (chiar dacă ai putea), căci întreaga ta putere rezidă în *momentul prezent.* Dacă poți găsi un gând care te face să te simți mai bine chiar acum, punctul tău de atracție se schimbă automat – tot acum! *Singurul motiv pentru care gândurile negative pe care le-ai acumulat de-a lungul anilor par să continue să exercite o influență negativă asupra prezentului tău este acela că tu continui să te gândești la ele. O convingere nu este altceva decât un gând la care continui să te gândești, adică un tipar mental cronicizat. Dacă îți dai însă o osteneală cât de mică, tu ai capacitatea de a-ți schimba orice tipar mental, de a începe o nouă poveste de viață, de a emana o vibrație diferită și de a-ți schimba astfel punctul de atracție.*

Simplul act de observare a nenumăratelor lucruri pe care ți le-ai putea cumpăra astăzi cu aceeași bancnotă de 100 de dolari pe care o porți la tine îți poate schimba dramatic punctul de atracție al banilor. Acest proces simplu este suficient pentru a-ți schimba într-o asemenea măsură vibrațiile personale încât să poți începe să atragi mai mulți bani în viața ta. Cheltuiește mental cât mai mulți bani și imaginează-ți un mod de viață mult îmbunătățit. Cultivă în mod deliberat starea de libertate pe care ți-ar da-o o sumă mare de bani pe care ai avea-o la dispoziție, imaginându-ți ce ai face cu ea.

Legea Atracției răspunde întotdeauna la vibrația pe care o emani, nu la realitatea ta curentă. Desigur, dacă vibrația pe care o emani se mulează după realitatea pe care o trăiești, nimic nu se va schimba vreodată în viața ta. *Tu îți poți schimba cu ușurință punctul energetic de atracție vizualizând*

modul de viață pe care ți-l dorești și focalizându-ți atenția asupra acestor imagini până când începi să te simți ușurat, fapt care va arăta că în tine s-a produs o schimbare a vibrației.

Eu singur îmi pot stabili propriile standarde

În unele cazuri, lipsa de bani te conduce la concluzia greșită că îți dorești tot ce vezi în fața ochilor. În tine se nasc astfel tot felul de pofte necontrolate, care te torturează tocmai pentru că nu ai bani de cheltuit, sau îți induc o stare și mai proastă de spirit atunci când cedezi tentației și îți cheltuiești toți banii pe care îi ai, înfundându-te și mai tare în datorii. Astfel de pofte de a cheltui bani în asemenea condiții reprezintă indicii false, care nu au nimic de-a face cu dorința ta reală de a poseda aceste lucruri. *Cumpărarea unui obiect nou și aducerea lui acasă nu îți va satisface niciodată aceste pofte, întrucât ele reflectă de fapt vidul tău interior, care nu poate fi umplut decât prin alinierea energetică cu* ***cel-care-ești-cu-adevărat.***

Starea de disconfort apare datorită faptului că tu te simți în nesiguranță, în timp ce *cel-care-ești-cu-adevărat* se simte într-o stare de siguranță deplină. Tu te simți dizarmonios, în timp ce *cel-care-ești-cu-adevărat* se simte într-o armonie deplină. Tu simți o lipsă, în timp ce *cel-care-ești-cu-adevărat* simte că trăiește în abundență. În realitate, tu tânjești după o schimbare a vibrației tale, nu după diferite obiecte pe care

nu ți le poți cumpăra. Dacă vei putea atinge și menține starea de armonie interioară, foarte mulți bani vor veni la tine (dacă asta îți dorești), iar tu vei putea cheltui sume mari de bani pe lucrurile pe care ți le dorești, dar atunci cumpărăturile tale vor avea un efect foarte diferit asupra ta. Nu vei mai simți atunci o stare de gol interior pe care încerci să ți-o umpli prin aceste cumpărături, ci doar satisfacerea interesului tău de moment pentru un anumit lucru, respectiv pentru o anumită experiență de viață. Întregul proces, de la apariția ideii în mintea ta și până la materializarea ei în experiența ta de viață, îți va aduce o mare satisfacție și o bucurie deplină.

Nu-i lăsa niciodată pe cei din jur să stabilească în locul tău câți bani ar trebui să ai sau ce ar trebui să faci cu ei, căci tu ești singurul om din lume care poate stabili aceste lucruri. Armonizează-te cu ***cel-care-ești-cu-adevărat*** *și deschide-te în fața lucrurilor pe care ți le dorești cu adevărat în experiența ta de viață.*

Funcționează principiul „economisirii în schimbul siguranței"?

Cineva ne-a povestit odată că a avut un profesor care l-a învățat că a-ți pune bani deoparte echivalează cu „a-ți planifica singur un dezastru viitor". Mai mult, însăși dorința ta de a te simți într-o siguranță mai deplină atrage după sine o nesiguranță mai mare, ba poate chiar dezastrul planificat. Persoana ne-a întrebat dacă această filozofie de viață corespunde învățăturii noastre legate de *Legea Atracției.*

I-am răspuns: Profesorul tău avea dreptate atunci când ți-a spus că focalizarea atenției asupra unei probleme atrage către tine esența respectivei probleme. De aceea, dacă te-ai concentra asupra ideii că în viitor ți s-ar putea întâmpla tot felul de nenorociri, disconfortul pe care l-ai simți ar indica în mod clar că ești pe punctul de a atrage în viața ta aceste nenorociri. Este posibilă însă și o altă atitudine: tu poți examina pe scurt eventualitatea producerii în viitor a unor evenimente nedorite, cum ar fi o restricție financiară, care te-ar putea face să te simți nesigur, după care te poți concentra exclusiv asupra *stabilității* financiare pe care *ți-o dorești.* Dacă te vei concentra în totalitate asupra siguranței pe care *ți-o dorești,* ai putea fi inspirat să iei anumite măsuri pentru a-ți amplifica această siguranță.

În sine, economisirea banilor sau investirea lor în active nu este nici pozitivă, nici negativă. Profesorul tău a avut totuși dreptate atunci când ți-a spus că nu poți să ajungi să te simți în siguranță dacă pornești de la premisa nesiguranței. *Noi te încurajăm să îți folosești puterea minții pentru a te concentra asupra ideii de siguranță, astfel încât să începi să te simți bine, și abia apoi să iei măsurile necesare pe care ți le inspiră această stare de bunăstare interioară. Tot ceea ce te face să te simți bine în interior este în armonie cu dorințele tale reale. Ceea ce te face să te simți rău în interior nu este în armonie cu dorințele tale reale. Lucrurile sunt cât se poate de simple.*

Unii oameni susțin că nu trebuie să-ți dorești deloc bani, întrucât această dorință este materialistă și nu spirituală. Noi dorim să-ți reamintim însă că unicul motiv pentru care te afli în această dimensiune fizică este tocmai acela că spiritul

tău s-a întrupat în materie. Tu te afli aici, în acest corp fizic, pe această planetă fizică, tocmai pentru a experimenta spiritualitatea inclusiv în forma ei materială. *Tu nu te poți separa de aspectul tău spiritual, dar atât timp cât te afli în acest corp, nu te poți separa nici de planul fizic sau material.* ***Natura tuturor lucrurilor sublime care te înconjoară în această lume fizică este spirituală.***

Spune-ți o nouă poveste legată de abundență, bani și bunăstare financiară

Legea Atracției nu reacționează la realitatea curentă în care trăiești și pe care o perpetuezi, ci la tiparele energetice ale gândurilor pe care le emiți. De aceea, dacă vei începe să îți spui o poveste diferită legată de tine și de banii tăi, din perspectiva *dorințelor* tale reale, și nu din cea a realității curente pe care o experimentezi, tiparele gândurilor tale se vor schimba, și odată cu ele și punctul tău de atracție.

Realitatea actuală *nu ar avea nicio influență asupra viitorului dacă tu nu ai repeta la infinit povestea* ***realității tale curente.*** *Dacă te vei gândi mai des la viața pe care ți-ai dori să o trăiești, tu vei putea face un salt incredibil de la realitatea ta actuală la o realitate infinit mai frumoasă. Dacă nu faci însă decât să te plângi de* ***realitatea ta prezentă,*** *aceasta nu numai că nu se va schimba deloc în bine, dar va deveni încă și mai insuportabilă.*

De aceea, citește următoarele întrebări și răspunde la ele în mod natural, fără să te gândești prea mult. În final, citește câteva exemple de povești legate de bani care se

potrivesc cu povestea pe care ți-ai dori-o tu. După ce te-ai documentat suficient de mult, începe să îți spui o nouă poveste legată de situația ta financiară, mult îmbunătățită, și privește cât de rapid și de sigur îți ies în întâmpinare evenimentele și circumstanțele exterioare, în încercarea de a transpune în viață povestea ta:

- Dispui de toți banii pe care ți-i dorești în clipa de față?
- Este universul un loc al abundenței?
- Ai opțiunea de a dispune de foarte mulți bani?
- Crezi că suma totală a banilor pe care îi vei primi în această viață a fost deja stabilită de cineva înainte de nașterea ta?
- Ești dispus să declanșezi prin puterea gândurilor tale fluxul de bani care poate intra în viața ta?
- Ai tu capacitatea de a-ți schimba situația financiară?
- Îți controlezi tu situația financiară?
- Îți dorești mai mulți bani?
- Știind ceea ce știi acum, consideri că abundența ta financiară este garantată?

„Vechea" mea poveste legată de bani. Un exemplu

Există atât de multe lucruri pe care mi le doresc, dar pe care nu mi le pot permite. Deși câștig astăzi mai mulți

bani decât în orice etapă anterioară din viața mea, mi se pare că am mai puțini bani ca oricând. Nu știu cum se face, dar nu reușesc să ajung deloc la liman.

Mi se pare că mi-am făcut griji în legătură cu banii de când mă știu. Îmi amintesc cât de mult trebuiau să muncească părinții mei pentru bani și câte griji își făcea mama din cauza asta. Bănuiesc că am moștenit această trăsătură de la ea. Sincer să fiu, mi-ar fi plăcut un cu totul alt tip de moștenire. Știu că există în lume oameni bogați, care nu trebuie să-și facă griji în legătură cu banii, dar personal nu cunosc pe nimeni în apropiere care să intre în această categorie. Toți cei pe care îi cunosc se luptă cu greutățile vieții și își fac griji, neștiind ce va urma în continuare.

Remarcă felul în care a început această poveste: prin constatarea unei situații curente nedorite. Ea a continuat apoi cu o justificare a actualei situații și cu o privire aruncată în trecut, pentru a accentua astfel și mai mult problema curentă, fapt care a condus la amplificarea resentimentelor. În sfârșit, povestea și-a lărgit orizontul, fără să scape însă nicio clipă din vedere tema ei centrală: lipsurile. *Dacă începi să îți spui o poveste negativă, **Legea Atracției** te va ajuta să ți-o dezvolți, trecând de la perspectiva prezentă la cea trecută și chiar la cea viitoare, fără a schimba însă vreo clipă tema centrală a poveștii: lipsurile. Dacă te concentrezi asupra unei lipse într-o atitudine de lamentare, tu îți stabilești un punct de atracție care îți permite accesul la noi și noi gânduri de același fel, indiferent dacă te focalizezi asupra prezentului, trecutului sau viitorului.*

În schimb, dacă vei face un efort deliberat de a-ți schimba această poveste, tu poți schimba această situație. Noua ta poveste te va ajuta să îți creezi noi tipare mentale, din care să rezulte un nou punct de atracție deopotrivă pentru gândurile tale referitoare la prezent, trecut sau viitor. Simplul efort de a căuta aspectele pozitive ale situației în care te afli este suficient pentru a-ți schimba complet frecvența de vibrație. În acest fel, nu numai că te vei simți mai bine în prezent, dar vei începe să atragi imediat gânduri, oameni, circumstanțe și obiecte care te vor face să te simți din ce în ce mai bine.

„Noua" mea poveste legată de bani. Un exemplu

Îmi place ideea că banii îmi stau în permanență la dispoziție, la fel ca și aerul pe care îl respir. Mi-a plăcut și ideea că banii trebuie să circule precum respirația, nu acumulați și atât. Mi se pare nostim să îmi imaginez un flux mare de bani care curge către mine. Îmi dau seama că sentimentele mele legate de bani influențează acest flux financiar care vine către mine. Sunt încântat că am înțeles în sfârșit că dacă voi practica suficient de mult aceste metode, îmi voi putea schimba atitudinea față de bani, dar și față de celelalte aspecte ale vieții mele. Am început deja să constat că cu cât îmi repet mai des povestea legată de abundență, cu atât mai bine mă simt.

Îmi place să știu că eu sunt creatorul propriei mele realități și că banii care se îndreaptă către mine depind

numai de gândurile mele. Îmi place să știu că pot modifica oricând doresc suma de bani de care dispun prin simpla modificare a gândurilor mele.

Am înțeles acum formula creației: eu obțin întotdeauna esența lucrurilor la care mă gândesc. Dar cel mai important lucru este că am înțeles în sfârșit că emoțiile mele mă ajută să îmi dau seama dacă mă focalizez asupra banilor sau asupra lipsei de bani. Am o încredere absolută că în timp, îmi voi putea armoniza pe deplin gândurile cu principiul abundenței, iar banii vor curge în șuvoaie către mine.

Am înțeles că oamenii din jurul meu au perspective diferite asupra banilor, bogăției, cheltuielilor, economisirii, acțiunilor filantropice, dăruirii de bani, primirii de bani, câștigării de bani și așa mai departe. Nimeni nu mă obligă să le accept opiniile sau experiențele de viață. Slavă cerului că nu mai trebuie să-mi bat capul cu aceste aspecte! Mi-a făcut mare plăcere să aflu că singurul lucru pe care trebuie să îl fac este să îmi armonizez propriile gânduri legate de bani cu dorințele mele reale (legate tot de bani) și că singurul criteriu al acestei armonii sunt emoțiile mele pozitive.

Îmi place să știu că nu este nicio problemă dacă mai simt din când în când emoții negative în privința banilor, cu condiția să îmi amintesc cât mai rapid de intenția mea de a-mi schimba sentimentele în unele mai pozitive, întrucât mi se pare perfect logic ca gândurile plăcute să atragă după sine rezultate plăcute.

Îmi dau seama că banii nu se vor materializa instantaneu în viața mea prin simpla schimbare a modului

meu de a gândi, dar mă aștept să văd cât de curând o schimbare importantă în bine ca rezultat al efortului meu deliberat de a emite gânduri care mă fac să mă simt mai bine. Prima dovadă a armonizării mele cu banii va fi schimbarea atitudinii mele față de aceștia și a stării mele de spirit. În scurt timp va urma probabil și o schimbare efectivă a stării mele financiare reale. Nu am nicio îndoială în această privință.

Sunt conștient că între ceea ce am gândit și ceea ce am simțit până acum în legătură cu banii și cu situația mea financiară concretă a existat întotdeauna o corelație perfectă. ***Legea Atracției*** *a reacționat impecabil la gândurile mele din trecut, așa că de-abia aștept să văd cum va reacționa ea în fața gândurilor mele schimbate în bine.*

Simt cum energia mea se echilibrează într-un sens foarte armonios atunci când îmi aleg în mod deliberat și conștient gândurile. Am convingerea că pe anumite nivele profunde ale conștiinței mele am știut dintotdeauna acest lucru și îmi face plăcere să mă întorc la convingerile mele de bază referitoare la valoarea și la puterea mea.

Trăiesc în plină abundență și mă bucur teribil să știu că orice dorințe ar trezi în mine experiența mea de viață, eu mi le pot îndeplini. Îmi face plăcere să știu că posibilitățile mele sunt nelimitate.

Simt o mare ușurare de când am aflat că nu mai trebuie să aștept ca banii sau obiectele pe care mi le doresc să se materializeze în viața mea pentru a mă simți mai bine. Acum înțeleg că este suficient să mă simt mai bine pentru ca lucrurile, experiențele și banii pe care mi-i doresc să vină către mine.

Banii sunt ca aerul care îmi intră și îmi iese din plămâni. Dorințele mele îi atrag, iar încrederea pe care o am în puterea mea de a face rost de alți bani le permite să plece. Banii vin și pleacă. Fluxul financiar nu se oprește niciodată. Am tot ce îmi doresc, oricând îmi doresc, oricât îmi doresc...

Nu există o manieră corectă sau greșită de a-ți spune noua poveste de viață. Ea se poate referi la experiențele tale din trecut, din prezent și din viitor. Singurul criteriu care contează este intenția ta conștientă de a relata o variantă îmbunătățită a poveștii tale de viață. Cu cât îți vei spune mai multe astfel de povestiri scurte de-a lungul zilei, cu atât mai rapid îți vei schimba punctul de atracție. Nu uita: povestea pe care ți-o spui este fundamentul noii tale vieți. De aceea, spune-o așa cum dorești să îți trăiești viața.

BCU IASI/CENTRALA

PARTEA a III-a

Menținerea bunăstării mele fizice

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Gândurile mele îmi creează experiențele în planul fizic

Pentru cei mai mulți dintre oameni, ideea de „succes" are o legătură cu banii sau cu achiziția de proprietăți ori cu alte posesiuni. Noi considerăm că cea mai mare realizare de succes este starea de bucurie. Deși obținerea unor bani în plus sau a unor posesiuni minunate poate amplifica într-adevăr această stare de bucurie interioară, bunăstarea corpului fizic reprezintă de departe factorul cel mai important pentru menținerea unei stări continue de bucurie.

Întreaga viață este trăită din perspectiva corpului fizic, iar atunci când te simți bine, tot ce vezi în jur ți se pare mai frumos. De bună seamă, este posibil să îți păstrezi starea de bună dispoziție inclusiv atunci când corpul fizic nu se află la capacitatea sa maximă, dar un corp care se simte perfect reprezintă un fundament esențial pentru păstrarea continuă a unei atitudini pozitive de spirit. În aceste condiții, nu este deloc surprinzătoare afirmația noastră că *puține lucruri sunt mai importante decât bunăstarea corpului fizic.* Premisa este

cât se poate de simplă: felul în care te simți influențează gândurile și emoțiile tale legate de lumea exterioară, care îți pot schimba punctul de atracție și implicit viața pe care dorești să o trăiești.

Este interesant de remarcat faptul că dacă un corp care se simte bine stimulează gândurile pozitive, aceeași afirmație este valabilă și invers: gândurile pozitive stimulează bunăstarea corpului fizic. Altfel spus, tu nu trebuie să te afli într-o stare de sănătate perfectă pentru a cultiva gânduri pozitive. Acestea te pot conduce la o stare de spirit elevată, care contribuie la accelerarea însănătoșirii trupului. Așa cum am afirmat în repetate rânduri, gândurile tale îți creează realitatea.

Lamentarea legată de lamentare este tot o lamentare

Mulți oameni se plâng afirmând că este ușor să fii optimist atunci când ești tânăr și sănătos, dar mult mai dificil atunci când ești bătrân și bolnav... Noi nu încurajăm această opinie, ci considerăm că vârsta și sănătatea deficitară nu trebuie folosite ca pretexte pentru gânduri negative, întrucât acestea nu ar face decât să împiedice în continuare îmbunătățirea stării de sănătate sau vindecarea completă.

Majoritatea oamenilor nu au nicio idee despre puterea uriașă a gândurilor lor. Ei nu își dau seama că bunăstarea lor corporală este împiedicată chiar de lamentările lor. Mulți dintre ei nu realizează că înainte să se plângă de o boală

sau de o durere cronică, ei s-au plâns de numeroase alte lucruri. Nu contează dacă te plângi de o persoană care te-a enervat, de cineva care te-a trădat, de comportamentul altor persoane, pe care tu îl consideri greșit, sau de o durere fizică ***– lamentarea este lamentare, și ea împiedică însănătoșirea corpului fizic.***

În aceste condiții, indiferent dacă te simți bine și dorești să îți menții această bunăstare interioară sau dacă suferi de o boală și dorești să te vindeci, calea este aceeași: *învață să îți ghidezi gândurile în direcția acelor lucruri care te fac să te simți bine și descoperă puterea generată de armonizarea vibrației personale cu Sursa.*

Pe măsură ce vei continua să citești această carte, îți vei aduce aminte de multe lucruri pe care le-ai știut cu mult timp înainte de a te naște. Vei simți astfel o rezonanță cu *Legile* și procesele descrise în această carte, iar această rezonanță te va face să te simți mai puternic. Pe acest fundal, singurul lucru de care vei avea nevoie pentru obținerea și menținerea unei stări de sănătate perfecte va fi alegerea deliberată a gândurilor și sentimentelor tale, precum și dorința sinceră de a te simți bine.

Mă simt bine în corpul meu

Dacă nu te simți bine din punct de vedere fizic sau dacă nu ești mulțumit cu felul în care arăți, această atitudine se reflectă inclusiv în celelalte aspecte ale experienței tale de viață. De aceea insistăm noi atât de mult asupra necesității

de a-ți echilibra corpul fizic, astfel încât acesta să simtă o stare de bunăstare interioară. Nu există nimic în tot universul care să răspundă mai rapid la gândurile tale decât corpul tău fizic. De aceea, gândurile armonioase atrag după sine un răspuns rapid al corpului și rezultate evidente.

Bunăstarea fizică este domeniul în care poți obține cel mai ușor controlul absolut, întrucât acest domeniu se referă la ceea ce faci *tu* în legătură cu *tine.* Dat fiind că tu traduci tot ce se întâmplă în această lume prin filtrul senzațiilor tale corporale, orice stare de dezechilibru interior îți va afecta nu doar corpul fizic, ci și restul vieții.

Nu există moment mai bun pentru a-ți da seama cât de mult îți dorești să fii sănătos și să te simți bine ca atunci când ești bolnav. De aceea, experiența bolii joacă un rol important în trezirea lucidității și în invocarea stării de bunăstare. Dacă ai avea puterea, atunci când te simți rău, să îți focalizezi întreaga atenție nedivizată asupra dorinței tale de a te simți bine, tu te-ai vindeca instantaneu. Din păcate, majoritatea oamenilor se concentrează exclusiv asupra stării lor de disconfort, amplificând-o. *De vreme ce ești bolnav, este logic să observi ceea ce simți, dar dacă vei face încontinuu acest lucru, tu îți vei prelungi boala la infinit... La baza bolii nu a stat focalizarea atenției tale asupra lipsei de sănătate (de vreme ce înainte erai sănătos), ci focalizarea atenției tale asupra lipsei multor altor lucruri pe care ți le-ai dorit.*

Pe lângă faptul că nu permite descoperirea soluțiilor de care ai nevoie, focalizarea cronică a atenției asupra lucrurilor nedorite conduce inclusiv la un dezechilibru al stării tale de sănătate (bunăstare) fizică. *Dacă ți-ai focaliza atenția asupra*

ideii de bunăstare fizică cu aceeași pasiune pe care o investești în focalizarea atenției asupra bolii, nu numai că te-ai putea vindeca rapid, dar ți-ai putea menține mult mai ușor noua stare de echilibru și de bunăstare fizică.

Cuvintele nu te ajută să înțelegi lecțiile vieții. Numai viața te ajută în această direcție

Simpla ascultare a cuvintelor nu conduce la înțelegere, oricât de profund ar exprima aceste cuvinte adevărul. În schimb, combinarea unor explicații atent alese cu experiența de viață (care corespunde întotdeauna ***Legilor Universului****) conduce într-adevăr la înțelegere.* Noi ne așteptăm ca în urma citirii acestei cărți și ținând cont și de experiența ta, să obții un control desăvârșit asupra tuturor aspectelor din viața ta, îndeosebi asupra celor care au de-a face cu corpul tău.

Poate că starea ta de sănătate fizică este exact cea pe care ți-o dorești. În acest caz, continuă să te focalizezi asupra corpului tău așa cum este acesta, bucurându-te de aspectele care îți sunt pe plac. Dacă vei proceda în acest fel, îți vei putea menține această bunăstare interioară. Dacă există însă schimbări pe care ai dori să le faci, fie în ceea ce privește felul în care arăți, fie în privința vitalității sau stării tale de sănătate, este foarte important să începi să îți spui o altă poveste de viață, legată nu doar de corpul tău, ci și de celelalte aspecte din viața ta pe care nu le consideri foarte armonioase. Dacă îți vei schimba atitudinea interioară față

de aceste domenii de viață, ajungând să te simți excepțional de bine în privința unui număr cât mai mare de subiecte, vei începe să simți cum prin tine curge puterea universului, acea putere care creează lumile.

Tu singur îți creezi propria experiență de viață, nimeni altcineva. Tot ce ți se întâmplă în viață este atras de puterea gândurilor tale.

Dacă te vei focaliza suficient de mult asupra aspectelor pozitive din viața ta, ajungând să simți chiar o stare de pasiune și de entuziasm nebun, vei dobândi o putere mai mare și vei obține rezultate incredibil de rapide și de pozitive. Deși celelalte gânduri sunt și ele importante și au un potențial creator, ele nu servesc de regulă decât pentru menținerea realității deja create de tine. Mulți oameni continuă să își mențină experiențele fizice nedorite prin gândurile lor dizarmonioase și lipsite de putere (care nu îi fac să se simtă mai bine, ci mai rău). Altfel spus, ei continuă să își repete la infinit aceleași povești legate de tot ce li se pare nedrept în această lume, de toate lucrurile cu care nu sunt de acord etc. Procedând în acest fel, ei mențin în viața lor acele lucruri și stări nedorite. *Simpla intenție de a spune o poveste nouă și îmbunătățită despre toate subiectele care îți captează atenția va avea un efect fantastic asupra corpului tău. În sine, cuvintele nu te pot învăța însă lecțiile vieții. De aceea, sugestia noastră este să îți spui o poveste diferită pentru o vreme și să observi singur ce se întâmplă.*

Legea Atracției mă ajută să îmi lărgesc orizontul mental

Legea Atracției afirmă că *tu atragi întotdeauna către tine vibrații similare cu cele pe care le emiți.* Cu alte cuvinte, gândurile tale din fiecare moment atrag către ele alte gânduri de aceeași natură. De aceea, ori de câte ori te gândești la un subiect neplăcut, tu atragi rapid către tine alte gânduri neplăcute referitoare la același subiect. În acest fel, te trezești fără să vrei că pe lângă experiența neplăcută a momentului *prezent,* tu începi să îți amintești alte experiențe din trecut care justifică actuala vibrație. În virtutea *Legii Atracției,* pe măsură ce gândurile tale negative devin din ce în ce mai puternice, emoțiile tale negative se amplifică direct proporțional.

În scurt timp, te trezești că discuți despre acest subiect neplăcut și cu alții, care contribuie și ei la amplificarea proporțiilor lui, amintindu-și de *propriul lor* trecut... până când, *într-un interval de timp foarte scurt, ajungi să acumulezi suficiente informații negative pentru a atrage către tine însăși esența subiectului respectiv în experiența ta de viață.*

Știind ceea ce *nu îți dorești,* normal ar fi să îți clarifici astfel *ce anume îți dorești.* Nu este nimic greșit în a identifica o problemă înainte de a începe căutarea unei soluții pentru ea. Din păcate, foarte mulți oameni ajung să se orienteze exclusiv asupra problemelor lor, și nu asupra soluțiilor la aceste probleme. Prin examinarea și prin explicarea repetată a problemei, ei nu fac decât să o perpetueze la infinit.

Așa cum spuneam, cel mai bun lucru pe care îl poți face în această situație este să începi să îți spui o altă poveste de viață. Nu mai repeta povestea care descrie problema, ci inventează o poveste orientată către găsirea unei soluții. *Dacă vei aștepta până când te vei îmbolnăvi înainte de a-ți schimba atitudinea și orientarea, îți va fi mult mai greu să îți spui o poveste legată de bunăstare decât acum, când te simți bine. În orice moment te vei decide însă să îți spui o nouă poveste de viață, aceasta îți va aduce rezultate diferite. Tu atragi întotdeauna către tine vibrații similare cu cele pe care le emiți. De aceea, spune-ți povestea vieții pe care ți-o dorești, și mai devreme sau mai târziu vei ajunge să experimentezi direct această viață.*

Unii oameni își fac griji, întrucât s-au îmbolnăvit deja. Ei cred că nu se vor mai putea face bine niciodată, întrucât boala le captează în întregime atenția, perpetuând astfel boala. De altfel, acest lucru este absolut corect, dar numai atâta vreme cât sunt incapabili să se focalizeze asupra altor lucruri decât realitatea prezentă. Din fericire, orice om este capabil (cel puțin teoretic) să se gândească și la altceva, nu doar la realitatea prezentă, putând astfel să schimbe această realitate. Pe de altă parte, nimeni nu se poate aștepta ca situația să se schimbe de la sine în condițiile în care continuă să se focalizeze asupra ei. Dacă dorești să schimbi o situație negativă cu una pozitivă, va trebui să te focalizezi asupra aspectelor ei pozitive.

***Legea Atracției** răspunde la gândurile tale, nu la realitatea ta curentă. Dacă îți vei schimba gândurile, realitatea va fi nevoită să le urmeze.* Dacă lucrurile îți merg

foarte bine în prezent, focalizează-te asupra lor și bunăstarea ta actuală va continua, dar dacă există lucruri în viața ta actuală care nu îți sunt pe plac, găsește o cale de a-ți abate atenția de la ele.

Tu ai capacitatea de a-ți focaliza oricând dorești gândurile – legate de sine, de corpul tău și orice alt domeniu din viața ta care contează pentru tine – într-o altă direcție, nu doar asupra realității tale curente. Îți poți imagina alte lucruri care se pot întâmpla sau îți poți aduce aminte lucruri care s-au întâmplat în trecut. Dacă vei face în mod deliberat acest lucru, cu intenția de a-ți schimba starea de spirit gândindu-te și vorbind despre lucruri plăcute, tu îți poți schimba rapid tiparele mentale, inclusiv vibrația personală și, în cele din urmă, întreaga ta experiență de viață.

15 minute acordate intenției de a-mi amplifica propria bunăstare

Nu este foarte ușor să îți imaginezi că ai un picior sănătos atunci când te doare foarte tare un deget, dar merită totuși să faci cel puțin efortul de a-ți distrage gândurile de la degetul dureros. Ce-i drept, momentele în care simți un disconfort fizic acut nu sunt cele mai bune pentru a încerca să vizualizezi o stare de bunăstare interioară. Cele mai bune momente în acest scop sunt cele în care te simți cât se poate de bine. De aceea, dacă ai momente în care durerea încetează sau slăbește în intensitate, profită de aceste prilejuri pentru a începe să îți relatezi noua poveste de viață. Dacă te simți

mai bine după o baie lungă și fierbinte, profită de prilej pentru a vizualiza o altfel de viață, în care te simți sănătos.

Acordă-ți circa 15 minute pe zi, în care să poți închide ochii, retrăgându-te cât mai complet cu putință din realitatea ta actuală. Găsește un loc liniștit, în care să nu fii deranjat de nimeni, și imaginează-ți că te afli într-o stare de sănătate înfloritoare. Imaginează-ți că te plimbi într-un pas alert, că respiri profund și că te bucuri de miresmele naturii. Imaginează-ți că urci o pantă în pas susținut și bucură-te de vitalitatea de care dă dovadă corpul tău. Fă (în imaginație) câteva aplecări și întinderi, și bucură-te de flexibilitatea corpului tău.

Explorează acest scenariu plăcut cât mai mult timp cu putință, cu intenția deliberată de a te bucura de corpul tău, de a-i aprecia puterea, vitalitatea, flexibilitatea și frumusețea. *Atunci când vizualizezi un scenariu cu unicul scop de a te bucura de plăcerea vizualizării, și nu cu intenția de a-ți corecta o deficiență, gândurile tale sunt mai pure, și implicit mai puternice. Dacă vizualizezi un scenariu cu unicul scop de a corecta o situație neplăcută, gândurile tale includ fără să vrea și latura negativă a ecuației.*

Unii oameni susțin că au dorințe pe care le-au cultivat foarte mult timp, dar care nu s-au manifestat niciodată. Ei consideră că *Legea Atracției* nu funcționează în cazul lor. În realitate, ei și-au dorit o schimbare în bine fără să uite nicio clipă de lipsa cu care se confruntau. Nu este ușor să îți reorientezi gândurile astfel încât să fie predominant focalizate asupra lucrurilor pe care ți le dorești. Dacă vei încerca însă, în timp acest lucru va ajunge să ți se pară extrem

de natural. Dacă îți vei repeta la infinit noua ta poveste de viață, aceasta îți va veni de la sine în minte, mult mai ușor decât alte gânduri contrarii.

Dacă îți faci timp pentru a-ți imagina un corp care se simte bine, aceste gânduri pozitive vor deveni predominante în mintea ta, iar starea ta fizică se va adapta după ele. Invers, dacă nu vei face decât să te focalizezi asupra stării tale actuale, aceasta nu se va schimba niciodată în bine.

Dacă îți vei imagina o nouă poveste de viață, vizualizând imagini din ea și descriindu-le în cuvinte, în timp vei ajunge *să crezi* în această poveste, iar începând din acel moment, ea va începe să se materializeze. O convingere nu este altceva decât un gând la care continui să te gândești multă vreme. În cazul în care convingerile tale se suprapun cu dorințele tale, acestea din urmă tind să devină realitate.

Nimic nu se opune împlinirii dorințelor tale, decât numai gândurile tale. Nu există corp fizic care să nu își poată îmbunătăți starea de sănătate, indiferent cât de gravă este starea lui actuală. Așa cum spuneam mai devreme, niciun alt aspect al experienței tale de viață nu reacționează atât de rapid la gândurile tale cum o face corpul tău fizic.

Eu nu sunt limitat de convingerile altor oameni

Cu puțin efort focalizat în direcția corectă, poți obține rezultate remarcabile, iar în timp vei ajunge să îți amintești în permanență că poți fi, poți face sau poți avea orice îți

dorești, cu singura condiție de a te concentra asupra realității dorite, punându-te la unison cu ea (din punct de vedere energetic).

Tu te-ai întrupat în acest corp fizic și în această lume terestră venind dintr-o lume Non-Fizică. În acel moment, intenția ta de a te întrupa în această lume ți-a fost foarte clară. Chiar dacă nu ți-ai definit chiar toate detaliile experienței tale de viață înainte de a ajunge aici, tu ți-ai stabilit totuși anumite intenții ferme legate de vitalitatea corpului tău fizic, care să te ajute să îți creezi experiențele vieții pe care ți le doreai. În acel moment, tu îți doreai cu ardoare să te afli în această dimensiune.

Când ai ajuns pentru prima dată în micul tău corp de copil, tu te aflai mai aproape de Lumea Interioară decât de cea fizică, așa că te bucurai încă de o mare bunăstare și putere interioară. Pe măsură ce a trecut timpul, tu te-ai focalizat din ce în ce mai mult asupra acestei lumi fizice și ai început să-i observi pe cei din jur, care au uitat de bunăstarea lor interioară inerentă. Încetul cu încetul, ai început să uiți și tu, prin imitație, de această bunăstare.

Unii oameni continuă să păstreze puntea de legătură *cei-care-sunt-cu-adevărat* mult timp după ce se nasc în această lume fizică, dar cei mai mulți dintre ei uită de esența lor după ce învață să se focalizeze asupra acestei realități spațio-temporale. Principalul motiv pentru care ai uitat de bunăstarea ta primordială a fost dorința celor din jur de a le face pe plac. *Deși părinții și profesorii sunt de regulă oameni bine intenționați, ei sunt mai interesați ca tu să le faci lor pe plac decât să îți urmezi propriile vise și propriile*

dorințe. Așa se face că, în decursul procesului de socializare, majoritatea oamenilor din aproape toate societățile uită de intenția primordială pe care au avut-o atunci când au venit în această lume, fiind siliți de cei din jur să uite de ***Scala lor de Ghidare.***

Majoritatea societăților moderne le cer membrilor lor să adopte ca principală prioritate acțiunea. Oamenii sunt rareori încurajați să țină cont de alinierea lor vibratorie (de rezonanțele lor reale) sau de conexiunea lor cu Lumea Interioară. Cei mai mulți dintre ei devin motivați de aprobarea sau de dezaprobarea celor din jur. Din cauza focalizării greșite a atenției lor asupra acelor acțiuni care le fac pe plac sau care sunt respectate / aprobate de ceilalți oameni din viața lor, ei își pierd armonia interioară, iar puterea lor reală scade brusc.

Atunci când te-ai născut în această lume fizică, tu erai dornic să experimentezi această varietate uimitoare, tocmai pentru că înțelegeai valoarea acestor contraste care te pot ajuta să îți construiești propriile experiențe. Tu știai că experiențele tale de viață te vor ajuta să stabilești ce anume preferi din totalitatea acestor opțiuni extrem de variate.

Atunci când afli din experiență ce *nu îți dorești,* tu înțelegi mult mai clar ce anume *îți dorești*. Din păcate, foarte mulți oameni fac doar primul pas. Ei identifică ce *nu* își doresc, dar în loc să se focalizeze apoi asupra situației opuse și să se armonizeze cu această situație din punct de vedere energetic, ei continuă să se plângă de ceea ce *nu* își doresc, iar în timp vitalitatea cu care s-au născut se epuizează.

Am suficient timp pentru a realiza ceea ce îmi doresc

Atunci când nu înțelegi puterea gândirii și nu îți acorzi suficient timp pentru a-ți armoniza gândurile folosindu-te de această putere, nu-ți mai rămâne decât o singură posibilitate de a crea: prin puterea acțiunii tale, care este mult mai mică decât puterea gândurilor. De multe ori, se întâmplă să muncești din greu pentru a obține ceva și să nu reușești; în final, te simți epuizat și incapabil să îți transpui în practică dorința. Mulți oameni simt că nu mai au suficient timp la dispoziție pentru a face ce și-au dorit să facă și pentru a acumula toate lucrurile la care au visat vreodată. Noi dorim însă să înțelegi că dacă îți vei folosi timpul altfel, pentru a te pune în mod deliberat la unison cu Energia care creează lumile, tu vei putea descoperi prin puterea gândurilor tale o pârghie care te va ajuta să realizezi foarte rapid lucrurile care ți s-au părut atâta vreme imposibile.

Nu există vreun lucru pe care să nu-l poți realiza dacă știi cum să-ți armonizezi gândurile. Dacă reușești acest lucru, viața însăși îți va aduce dovada armonizării tale. Cea mai bună dovadă a armonizării gândurilor se produce chiar înainte de materializarea lucrurilor dorite, prin starea pozitivă de spirit pe care o trăiești (faptul că te simți bine). Dacă înțelegi acest lucru, tu îți poți urma liniștit cursul, așteptând ca lucrurile dorite să se materializeze în viața ta. *Legea Atracției* face ca *toate lucrurile similare să se atragă. De aceea, oricare ar fi starea ta de spirit, tu atragi din ce în ce mai mult către tine esența acestei stări.*

O dorință te face întotdeauna să te simți bine atunci când ești convins că ți-o poți îndeplini. În schimb, dacă ai îndoieli cu privire la posibilitatea de a-ți împlini dorința, starea pe care o experimentezi este una de disconfort. Noi dorim ca tu să înțelegi că starea de aliniere (de rezonanță armonioasă) este acea stare în care îți dorești ceva și crezi că îți poți îndeplini dorința, în timp ce starea de nealiniere (de rezonanță dizarmonioasă) este acea stare în care îți dorești ceva, dar te îndoiești că îți vei putea realiza vreodată (sau prea ușor) dorința.

Dorința dublată de credință înseamnă aliniere (armonie).

Dorința dublată de așteptare pozitivă înseamnă aliniere (armonie).

Așteptarea unui eveniment pe care nu ți-l dorești nu înseamnă aliniere (armonie).

Tu poți *simți* dacă ești sau nu în armonie.

De ce îmi doresc o stare corporală perfectă?

Oricât de ciudat ți s-ar părea, noi nu putem vorbi despre corpul tău fizic fără a vorbi mai întâi de rădăcinile tale Non-Fizice și de conexiunea ta eternă cu aceste rădăcini. Corpul tău fizic nu este altceva decât o extensie a acestei *Ființe Interioare*. Ca să ne exprimăm în termeni foarte simpli: pentru a atinge apogeul stării de sănătate și de bunăstare fizică, tu trebuie să fii la unison (în stare de aliniere sau de rezonanță armonică) cu *Ființa ta Interioară*. În acest scop,

tu trebuie să devii conștient de emoțiile sau de sentimentele tale.

Starea ta fizică de bunăstare este direct legată de alinierea ta vibratorie cu *Ființa ta Interioară* sau cu Sursa ta, ceea ce înseamnă că fiecare gând pe care îl emiți în legătură cu un subiect sau cu altul poate avea o influență pozitivă sau negativă asupra acestei conexiuni. Altfel spus, este imposibil să îți menții starea de sănătate fizică fără o conștientizare profundă a emoțiilor tale și fără hotărârea fermă de a-ți direcționa gândurile numai către acele subiecte care te fac să te simți bine.

Dacă îți aduci aminte că starea ta naturală este cea de bunăstare interioară și faci un efort de a sesiza aspectele pozitive ale subiectului la care te gândești, tu îți antrenezi practic gândurile să se pună la unison cu ***Ființa ta Interioară****, iar beneficiile de care se bucură corpul fizic sunt fantastice. Atunci când gândurile tale sunt orientate exclusiv către bunăstare (făcându-te să te simți bine), corpul tău fizic înflorește.*

De bună seamă, există o gamă foarte largă de emoții, de la cele care te fac să te simți foarte rău la cele care te fac să te simți foarte bine. În fiecare moment, *tu ai însă doar două opțiuni, în funcție de gândurile tale: aceea de* ***a te simți mai bine*** *sau aceea de* ***a te simți mai rău***. De aceea, nu este greșit să spunem că nu există decât două tipuri de emoții. Dacă îți vei folosi eficient *Scala de Ghidare*, tu vei alege întotdeauna numai emoțiile care te fac să te simți mai bine. Dacă vei proceda în acest fel, tu te vei putea pune din ce în ce mai mult la unison cu frecvența *Ființei tale Interioare*, iar corpul tău fizic va înflori literalmente.

Am încredere în *Ființa mea interioară* eternă

Ființa ta Interioară este *Sursa* din care te-ai născut și care continuă să evolueze prin miile de experiențe de viață pe care le trăiești. Indiferent de experiența trăită, Sursa alege întotdeauna emoțiile cele mai pozitive dintre cele care îi stau la dispoziție, întrucât *Ființa ta Interioară* este întotdeauna orientată către *iubire,* către *bucurie* și către tot ceea ce este *bun.* Așa se explică de ce, atunci când iei decizia de a iubi pe altcineva (sau pe tine însuți), în loc să-i găsești o vină, tu te simți bine. Această stare de bunăstare interioară este o confirmare a alinierii tale cu Sursa. În schimb, dacă optezi pentru gânduri care se află în dizarmonie cu Sursa, respectiv care generează emoții precum *teama* sau *invidia,* ele îți indică limpede că te-ai îndepărtat de frecvența de vibrație a Sursei.

Sursa nu te părăsește niciodată, ci îți pune în permanență la dispoziție vibrația ei fermă, care echivalează cu bunăstarea. De aceea, ori de câte ori simți o emoție negativă, este evident că tu îți blochezi singur accesul la Sursă și la bunăstarea ei. Dacă vei începe să îți spui o poveste nouă legată de trupul tău, de activitatea ta și de oamenii din viața ta, o poveste care să te facă să te simți bine, tu îți vei restabili astfel conexiunea cu fluxul bunăstării care curge constant prin tine. Dacă te vei focaliza asupra lucrurilor care îți plac, bucurându-te de ele, tu vei intra astfel în legătură cu puterea care creează lumile și o vei direcționa către obiectul atenției tale.

Care este rolul gândurilor în apariția rănilor și a traumelor?

Jerry: Sunt rănile traumatice create la fel ca și bolile, și pot fi vindecate ele cu ajutorul gândurilor? Reprezintă ele rezultatul de moment al unei lungi serii de gânduri care au condus la acest accident?

Abraham: Indiferent dacă o traumă corporală s-a produs subit, ca urmare a unui accident, sau în timp, ca urmare a unei boli precum cancerul, tu ești cel care a creat respectiva situație prin gândurile tale. De aceea, vindecarea rănii se va produce tot cu ajutorul gândurilor.

Gândurile intense de *bucurie* promovează bunăstarea fizică, în timp ce gândurile de *stres, ură, resentiment* sau *teamă* atrag după sine boala. Rezultatul se poate produce subit (ca în cazul în care cazi și îți rupi un os) sau lent (ca în cazul cancerului), dar *experiența trăită corespunde întotdeauna balanței gândurilor tale.*

Dacă ai apucat să experimentezi o reducere a bunăstării tale fizice, manifestată fie printr-o fractură subită, fie printr-o boală internă, este greu să mai emiți gânduri de bunăstare care să corespundă *Ființei tale Interioare.* Altfel spus, dacă înainte de accident sau de boală nu ți-ai ales gândurile astfel încât acestea să fie în armonie cu bunăstarea interioară, este greu de crezut că vei reuși acest lucru în cazul de față, când te confrunți cu disconfortul, cu durerea sau cu un diagnostic terifiant.

Este mult mai ușor să îți îmbunătățești starea de sănătate pornind de la o boală moderată decât de la una

gravă. Totuși, orice om își poate îmbunătăți starea de sănătate dacă este capabil să își redirecționeze atenția de la aspectele nedorite ale vieții sale la alte aspecte, mai plăcute. Totul depinde de focalizarea gândurilor sale.

În anumite cazuri, un diagnostic terifiant sau o traumă insuportabilă poate fi un catalizator puternic, care te poate ajuta să îți focalizezi mai deliberat atenția asupra lucrurilor care te fac să te simți bine. De fapt, cei mai buni adepți ai Creației Deliberate sunt cei care au primit cândva un diagnostic cumplit de la medici, care le-au spus că în cazul lor nu se mai poate face nimic, și care și-au schimbat apoi în mod deliberat gândurile, profitând de faptul că nu mai aveau nicio altă opțiune.

Este interesant că foarte mulți oameni nu fac ceea ce trebuie decât atunci când au epuizat toate celelalte opțiuni. Noi înțelegem însă că tu te-ai adaptat la lumea ta orientată către acțiune, în care acțiunea ți se pare întotdeauna prima opțiune. *Intenția noastră nu este de a te îndepărta de acțiune, ci doar de a te încuraja să îți cultivi mai întâi acele gânduri care te fac să te simți mai bine, trecând abia apoi la acțiunea către care te inspiră această stare de spirit.*

Poate fi vindecată o boală congenitală la nivel energetic?

Jerry: Poate fi vindecată cu ajutorul gândurilor o *boală congenitală,* cu care omul s-a născut?

Abraham: Da. Tu poți trece oricând dorești din poziția în care te afli la ora actuală în poziția dorită. Dacă ai înțelege

că *momentul prezent* este o trambulină din care poți face un salt către un moment viitor, tu ți-ai putea schimba rapid viața, ieșind chiar și din cea mai dramatică situație și înlocuind-o cu o situație infinit mai plăcută.

Dacă actuala ta experiență de viață te conduce către o anumită dorință, înseamnă că ea îți oferă și condițiile necesare pentru îndeplinirea dorinței tale. În acest scop, tot ce trebuie să faci este să te focalizezi asupra destinației, nu asupra momentului de tranzit în care te afli. În caz contrar, nu vei avansa către împlinirea dorinței tale. ***Nimeni nu poate crea ceva în care nu crede.***

Bolile grave vin și pleacă, dar de ce?

Jerry: În tinerețea mea, oamenii erau foarte speriați de boli precum tuberculoza sau poliomielita, despre care astăzi nu se mai aude nimic. Asta nu înseamnă că incidența bolilor a scăzut cu ceva. La ora actuală prevalează bolile de inimă și cancerul, despre care în trecut aproape că nu se auzise. În acele vremuri, toată lumea vorbea despre boli precum gonoreea sau sifilisul. Astăzi nimeni nu mai vorbește de aceste boli, în schimb toată lumea este înspăimântată de SIDA și foarte mulți oameni fac herpes. Cum se face că bolile nu își reduc niciodată frecvența, chiar dacă se schimbă între ele? Deși oamenii de știință descoperă tot timpul remedii împotriva bolilor curente, de ce nu scăpăm definitiv de boli?

Abraham: Deoarece atenția voastră rămâne focalizată asupra unei lipse. Sentimentele de neputință și de

vulnerabilitate conduc la și mai multă neputință și vulnerabilitate. Nu te poți focaliza asupra învingerii unei boli fără a te focaliza asupra bolii propriu-zise. Este important să înțelegi că prin focalizarea lor asupra descoperirii de remedii, oamenii voștri de știință dau dovadă de miopie, procesul fiind ineficient pe termen lung. Ei vindecă anumite boli, dar acestea sunt în permanență înlocuite cu altele. *Dacă ar începe să caute și să înțeleagă cauzele energetice ale bolilor, nu simple remedii pentru vindecarea simptomelor acestora, oamenii ar putea scăpa definitiv de boli. Dacă și-ar focaliza atenția asupra bunăstării lor fizice și asupra emoțiilor corespondente, ei ar putea trăi fără să se mai îmbolnăvească vreodată.*

Foarte puțini oameni știu să se bucure și să aprecieze bunăstarea de care se bucură la ora actuală. Ei așteaptă până când se îmbolnăvesc și abia apoi își direcționează gândurile către dorința lor de a fi sănătoși. Gândurile de bunăstare generează și susțin întotdeauna starea de bunăstare fizică. Oamenii moderni trăiesc într-o epocă foarte ocupată și își fac tot felul de griji. Ei ies astfel din starea de armonie și se îmbolnăvesc. În continuare, ei se focalizează asupra bolii, și astfel o atrag și mai mult. Dacă ar dori, ei ar putea sparge acest cerc vicios oricând și-ar propune. Nimeni nu trebuie să aștepte până când întreaga societate înțelege ce trebuie să facă pentru a se bucura de o stare excelentă de sănătate. *Starea ta naturală este bunăstarea.*

Am asistat la vindecarea naturală a corpului meu

Jerry: Încă din primii ani de viață mi-am dat seama că organismul meu știe să se vindece singur, și încă foarte rapid. Atunci când mă zgâriam sau când mă tăiam, puteam vedea cum rana se vindecă aproape sub ochii mei. În numai cinci minute, asistam la începerea procesului de vindecare, după care, într-un timp foarte scurt, nu mai aveam nicio urmă de rană.

Abraham: Corpul uman este alcătuit din celule inteligente, care se pot echilibra singure. Cu cât te simți mai bine din punct de vedere psihic, cu atât mai puțin interferezi tu cu acest proces de echilibrare celulară. Dacă te focalizezi asupra unor lucruri neplăcute, tu împiedici astfel procesul de echilibrare naturală a celulelor tale. Dacă te îmbolnăvești, tu îți focalizezi întreaga atenție asupra bolii, blocând și mai mult acest proces de vindecare naturală.

Celulele tale știu ce să facă pentru a se echilibra singure. Tot ce îți mai rămâne ție de făcut este să găsești o modalitate de a-ți focaliza atenția asupra unor gânduri care te fac să te simți bine. În acest fel, tu nu interferezi în niciun fel cu procesul de vindecare naturală, care se va produce inevitabil. Fără nicio excepție, orice boală este cauzată de o rezistență personală sau de o dizarmonie energetică. Din păcate, marea majoritate a oamenilor nu sunt conștienți de gândurilor lor dizarmonioase înainte de apariția bolii (întrucât nu fac niciun efort pentru a cultiva gânduri care îi fac să se simtă bine); de aceea, atunci când boala se instalează, lor le este foarte

greu să mai descopere gânduri pozitive, care să îi ajute să se vindece.

Dacă ai înțelege că gândurile tale reprezintă singura opoziție în calea procesului de vindecare naturală și de atingere a bunăstării interioare, și dacă ți-ai focaliza aceste gânduri într-o direcție mai pozitivă, vindecarea s-ar putea produce foarte rapid. Indiferent de ce boală suferi și indiferent cât de avansată este aceasta, singura întrebare la care trebuie să răspunzi este: *îți poți tu îndrepta gândurile într-o direcție pozitivă, fără să ții cont de gravitatea bolii de care suferi*?

Când aud aceste explicații, mulți oameni din public îmi pun întrebări de genul: „Bine, dar cum se explică în acest caz apariția bolilor la copiii încă nenăscuți?" Nu trebuie să crezi nicio clipă că dacă nu s-a născut încă, un copil nu gândește sau nu emite vibrații. Starea lui de sănătate depinde de foarte multe influențe energetice, chiar dacă el se află încă în pântecul mamei sale sau dacă abia s-a născut.

Prin focalizarea asupra bunăstării îmi pot menține bunăstarea?

Jerry: Dat fiind că mi-am văzut rănile exterioare vindecându-se singure, eu mă aștept întotdeauna la acest lucru. Ce putem face însă pentru a ne aștepta ca *toate* părțile corpului nostru să se vindece singure? Oamenii se simt speriați îndeosebi atunci când li se îmbolnăvesc părțile interioare ale corpului, acele părți pe care nu le pot vedea.

Abraham: Este minunat să vezi rezultatele gândurilor tale într-o manieră evidentă. Așa cum o rană sau o boală reprezintă o dovadă de dizarmonie interioară, starea de sănătate sau de bunăstare reprezintă o dovadă de armonie. *Tendința ta de a te bucura de bunăstare este mult mai puternică decât cea orientată către boală. Așa se explică de ce majoritatea oamenilor rămân relativ sănătoși în pofida gândurilor lor negative.*

Tu ai ajuns să *te aștepți* ca rănile tale exterioare să se vindece, iar această atitudine contribuie decisiv la accelerarea procesului de vindecare. Dacă nu poți vedea însă cu ochii tăi simptomele bolii tale, ci trebuie să te bazezi pe investigațiile medicului care îți face analize și folosește tot felul de echipamente medicale pentru a afla de ce suferi, tu te simți neputincios și speriat, atitudine care nu numai că încetinește procesul de vindecare, dar chiar atrage boala. Mulți oameni se simt vulnerabili în fața părților invizibile ale corpului lor, iar această stare de vulnerabilitate reprezintă un catalizator puternic pentru perpetuarea bolii.

Atunci când se simt bolnavi, oamenii se duc la medic și îl întreabă care este cauza stării lor. Când cauți în mod deliberat ceva rău, tu sfârșești prin a-l găsi. ***Legea Atracției*** *te ajută în această direcție. Dacă te afli în permanență în căutarea unor simptome negative legate de corpul tău, tu vei sfârși prin a le găsi, și asta nu pentru că ele mocneau de mult, ci pentru că gândurile repetate sfârșesc întotdeauna prin a crea o realitate echivalentă.*

Ce se întâmplă dacă mă simt inspirat să mă consult cu un medic?

Abraham: Mulți oameni vor protesta auzind perspectiva noastră și vor afirma că suntem iresponsabili, întrucât nu încurajăm analizele regulate pentru a vedea ce anume nu merge bine în interiorul organismului și ce organe au potențialul de a se îmbolnăvi. Dimpotrivă însă, celor care nu înțeleg puterea gândurilor lor, noi le recomandăm să își facă ori de câte ori doresc analize medicale, dacă acest lucru îi face să se simtă într-o siguranță mai mare.

Într-adevăr, există oameni care se simt mai bine dacă își fac aceste analize și nu descoperă nimic rău. Cel mai adesea însă, căutarea repetată a unor probleme de sănătate conduce în timp la declanșarea acestora. Noi nu afirmăm că medicina voastră nu este bună sau că vizita la medic este lipsită de orice valoare. În sine, doctorii și profesioniștii sănătății nu sunt nici buni, nici răi. Efectele pe care le produc ei depind de perspectiva vibratorie cu care îi încărcați voi.

Noi spunem altceva: supraveghează-ți cu atenție balanța emoțională, cultivă în mod intenționat gândurile care te fac să te simți bine și practică aceste gânduri până când ele devin o obișnuință pentru tine... Procedând în acest fel, tu îți vei armoniza echilibrul energetic, după care poți trece la orice acțiune pe care ți-o inspiră această stare de spirit. Altfel spus, dacă este însoțită de o stare de *iubire,* de *bucurie* sau de orice altă emoție care te face să te simți bine, o vizită la medic (sau orice altă acțiune exterioară) devine valoroasă în sine, în timp ce o acțiune motivată de *teamă*

sau de *vulnerabilitate* (sau de orice altă emoție negativă) nu va avea niciodată efecte benefice.

La fel ca orice altă realitate, bunăstarea ta fizică este profund influențată de *convingerile* tale. Dacă ești tânăr, așteptările tale legate de bunăstarea fizică sunt mai puternice, dar pe măsură ce îmbătrânești, corpul tău intră într-un proces de degenerare, care nu este atât natural, cât o imitație a ceea ce vezi că se întâmplă în jurul tău. *Oamenii mai vârstnici se îmbolnăvesc mai des și au o vitalitate scăzută. Motivul acestui declin fizic nu este acela că organismul este programat să se uzeze în timp, ci acela că cu cât avansează în vârstă, cu atât mai multe griji își fac oamenii, opunând astfel rezistență bunei funcționări a organismului lor.* ***Boala se datorează întotdeauna rezistenței, nu vârstei.***

Poți fi euforic atunci când te afli între fălcile unui leu?

Jerry: Am auzit că faimosul dr. Livingstone se afla odată pe continentul african, când a fost prins și mușcat de un leu. Dr. Livingstone povestește că a intrat într-un fel de stare euforică și că nu a simțit nicio durere. Am asistat la rândul meu la scene în care animalele înlemnesc atunci când sunt pe punctul de a fi mâncate de alte animale mai mari. Este ca și cum ar înceta să mai lupte, împăcându-se cu destinul lor. Întrebarea mea este legată însă de afirmația doctorului Livingstone referitoare la dispariția durerii: la ce se referea el atunci când vorbea de *euforie,* la o stare mentală

sau la una fizică? Mai mult, apare această stare numai în condiții extreme, ca atunci când ești pe punctul de a fi mâncat de un animal sau ucis, sau poate fi folosită ea de orice om pentru a nu mai simți durerea?

Abraham: Mai întâi de toate, dorim să precizăm că senzațiile fizice nu pot fi separate de cele mentale și de cele care provin de la Sinele Superior sau de la *Ființa Interioară.* Chiar dacă omul este o ființă fizică și una gânditoare, Forța Vitală care îi dă viață provine dintr-o sursă mai vastă. În situațiile extreme, din care este puțin probabil să mai scapi, cum ar fi aceea în care te afli între fălcile unui leu, ***Ființa Interioară intervine și îți transmite un flux de energie pe care tu o receptezi ca pe o stare euforică.***

Tu nu trebuie să aștepți însă o astfel de situație extremă pentru a avea acces la bunăstarea specifică Sursei. Din păcate, marea majoritate a oamenilor nu permit acestei energii să se manifeste prin ei decât atunci când nu mai au nicio altă alternativă. Aveai dreptate mai devreme, atunci când spuneai că victima *renunță să mai lupte,* iar această absență a rezistenței interioare îi permite în sfârșit energiei interioare a bunăstării să curgă cu putere. Noi dorim însă să înțelegi că ea *„renunță"* exclusiv la *luptă,* adică la rezistență, nu și la *dorința* de a continua să trăiască în corpul său fizic. Este important să înțelegi acest aspect. Un alt om decât dr. Livingstone, înzestrat cu mai puțin entuziasm și cu o dorință mai puțin intensă de a trăi și de a se bucura de această lume, ar fi fost probabil ucis și devorat de leu. *Toate experiențele tale depind de balanța gândurilor tale, de dorințele și de așteptările tale.*

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

Absența rezistenței (permisivitatea) ar trebui practicată chiar în viața de zi cu zi, nu doar atunci când te atacă un leu. Chiar dacă te afli într-o situație extremă, rezultatul final este determinat întotdeauna de puterea intențiilor tale. Calea care conduce către dispariția durerii este practicarea armonizării interioare prin cultivarea unor gânduri care te fac să te simți bine. Durerea nu este altceva decât un indicator al rezistenței interioare. Ea începe întotdeauna cu o emoție negativă, care continuă cu o stare emoțională încă și mai negativă, care se accentuează încă și mai mult, după care se transformă într-o senzație corporală și în sfârșit în durere.

Iată mesajul pe care dorim să-l transmitem prietenilor noștri din planul fizic: dacă ai o emoție negativă și nu-ți dai seama că ea reprezintă un indicator care te avertizează împotriva unei rezistențe pe care o opui și dacă nu faci nimic pentru a corecta această situație, *Legea Atracției* va avea grijă ca această rezistență interioară să se amplifice. Dacă nu faci nimic pentru a-ți armoniza gândurile, astfel încât să te simți mai bine, emoția ta negativă se va amplifica în continuare, până când te vei îmbolnăvi, fapt care îți va atrage atenția într-un mod mult mai dureros asupra rezistenței pe care o opui.

Cum se poate concentra asupra unei alte idei cineva care suferă?

Jerry: Am înțeles. Spuneai că pentru a ne vindeca, noi trebuie să ne îndepărtăm gândurile de problema cu care ne confruntăm, focalizându-ne asupra stării pe care ne-o dorim.

Cum putem face însă noi acest lucru dacă durerea s-a instalat deja? Cum putem uita de durere, astfel încât să ne putem concentra asupra situației dorite?

Abraham: Ai perfectă dreptate. Este foarte dificil să nu te mai gândești la „degetul care îți pulsează dureros". Foarte mulți oameni nu realizează ce *își doresc* până când nu se confruntă cu ceea ce *nu își doresc.* Ei bântuie de colo-colo ca niște roboți, fără să emită vreodată gânduri conștiente. Neînțelegând puterea gândurilor lor, ei nu emit de regulă gânduri deliberat alese până când nu se confruntă cu situații pe care nu și le doresc. Abia atunci își concentrează ei atenția, din păcate nu asupra situației dorite, ci asupra situației neplăcute în care s-au pus singuri prin inconștiența lor. În continuare, *Legea Atracției* nu face decât să înrăutățească și mai mult lucrurile. De aceea, sfatul nostru este următorul: *profită de acele momente în care durerea nu mai este atât de insuportabilă și focalizează-te asupra bunăstării interioare.*

Tu trebuie să găsești o modalitate de a separa ceea ce se întâmplă în experiența ta de reacția ta emoțională. Una este să simți o durere și să reacționezi printr-o stare de *teamă,* și cu totul altceva să reacționezi prin *speranța* de a te vindeca. Durerea nu îți dictează neapărat atitudinea sau gândurile pe care trebuie să le cultivi. Este foarte posibil să te gândești la alte lucruri decât la durerea fizică pe care o simți. Dacă vei reuși, în timp durerea va dispărea. Pe de altă parte, dacă îți focalizezi asupra durerii întreaga ta atenție nedivizată, nu vei face decât să perpetuezi la infinit această situație nedorită.

Este foarte greu pentru un om care s-a concentrat toată viața lui asupra unei întregi varietăți de subiecte negative și care acum experimentează o stare de durere să își schimbe dintr-o dată orientarea și să se focalizeze asupra unei stări de spirit pozitive. Boala însăși a fost provocată de obișnuința sa de a gândi negativ, iar trecerea la gândirea pozitivă de care ar avea nevoie pentru a se vindeca nu poate fi un proces rapid în cazul acestui om, cu atât mai mult cu cât pe lângă tiparul său mental el trebuie să facă față și durerii actuale. ***Bunăstarea preventivă este mult mai ușor de obținut decât bunăstarea corectivă. În ambele cazuri însă, cheia este aceeași: gândurile pozitive, care te fac să te simți mai bine.***

Oricât de mare ar fi durerea experimentată, există perioade în care aceasta scade în intensitate (cel puțin relativ, prin comparație cu perioadele de intensitate maximă). Profită de aceste perioade în care durerea dispare sau devine suportabilă și cultivă gânduri pozitive, care te fac să te simți mai bine. Dacă vei cultiva în mod constant astfel de gânduri, această stare de spirit pozitivă va conduce mai devreme sau mai târziu la reinstaurarea stării de bunăstare interioară, fără nicio excepție.

Starea mea naturală este una de bunăstare

Abraham: Esența ființei tale este fericirea și bunăstarea. Orice stare de spirit inferioară acestor vibrații arată că tu manifești o *rezistență* interioară, prin focalizarea asupra unei lipse, și nu asupra situației pe care ți-o dorești. Energia nu

poate *curge liber* decât dacă te concentrezi asupra situației dorite. *Rezistența* apare atunci când te focalizezi asupra unor gânduri care nu corespund perspectivei Sursei. Energia *curge liber* atunci când te focalizezi asupra unor gânduri care corespund perspectivei Sursei.

Starea ta naturală este cea de bunăstare, de sănătate perfectă și de vitalitate. Orice stare care nu se ridică la înălțimea acestui ideal arată că gândurile tale se focalizează îndeosebi asupra lipsurilor tale, nu asupra situațiilor dorite.

Orice boală apare datorită acestei rezistențe interioare, iar rezistența opusă bolii nu face decât să o înrăutățească și mai tare. Orice situație nedorită apare datorită focalizării atenției asupra aspectelor *nedorite*. De aceea, soluția logică este întotdeauna mutarea atenției de la situația neplăcută la cea dorită.

Uneori ți se pare că te gândești la sănătate, dar de fapt ești îngrijorat din cauza bolii. Singura modalitate prin care îți poți da seama de diferența vibratorie constă în a fi atent la emoțiile care însoțesc întotdeauna gândurile tale. *Este mult mai ușor să cultivi gânduri asociate cu bunăstarea dacă te folosești de emoțiile tale.*

Ia-ți angajamentul interior de a te simți bine, iar apoi ghidează-ți gândurile în mod corespunzător. Vei descoperi astfel multe resentimente de care înainte nu erai conștient, multe gânduri de neputință sau asociate cu lipsa prețuirii de sine. Dacă te-ai decis să fii atent la emoțiile tale, aceste gânduri de rezistență, care conduc în timp la boală, nu vor mai trece neobservate. Boala nu este o stare naturală, și nici emoția negativă, căci în esența ta (la nivelul *Ființei tale*

Interioare), tu ești perfect sănătos și te simți cât se poate de bine.

Pot gândurile unui copil să atragă boala?

Jerry: Cum poate atrage boala un nou-născut, care nu are încă gânduri conștiente?

Abraham: Mai întâi de toate, dorim să afirmăm o dată în plus că nimeni altcineva nu îți creează realitatea decât numai tu însuți. Este important să înțelegi însă că acest „eu" de care vorbim nu a început să existe odată cu apariția corpului tău în această lume, ca un mic copilaș. Tu ești o Ființă Eternă, care a trăit numeroase experiențe și care s-a întrupat în acest corp fizic după o lungă perioadă anterioară de creație.

Oamenii cred că această lume ar fi mult mai bună dacă toți copiii s-ar naște într-un corp fizic „perfect" după toate standardele, dar nu toate ființele care se întrupează în această lume vin aici cu această intenție. Există ființe care doresc să se bucure de interesantele efecte create de contrastele specifice acestei lumi, efecte care sunt extrem de valoroase din diferite puncte de vedere, tocmai pentru că variază de la „norma" obișnuită. De aceea, nu trebuie să crezi că nașterea unor copii diferiți este în sine ceva rău.

Imaginează-ți un sportiv care joacă foarte bine tenis. Oamenii care stau pe margine și privesc meciul cred că el ar fi fericit dacă ar juca cu un oponent mai puțin bun decât el, pe care l-ar putea bate cu ușurință. Dacă îi place cu

adevărat ceea ce face, sportivul va prefera însă un adversar redutabil, care să îl facă să dea tot ce este mai bun în el în încercarea de a-l învinge. În mod similar, *multe suflete specializate în crearea realității fizice, care s-au perfecționat mult de-a lungul repetatelor lor încarnări, doresc să își creeze condiții de viață diferite, care să le permită să trăiască experiențe noi. Mai mult, aceste suflete știu că cei din jurul lor pot beneficia la rândul lor în mare măsură de experiențele lor „neobișnuite"*.

Majoritatea oamenilor cred că dacă nu știu să vorbească, nou-născuții nu își pot crea propria realitate. Această perspectivă este însă complet greșită. Oamenii nu creează prin cuvintele lor, ci prin gândurile lor. Copiii mici gândesc chiar înainte să înceapă să vorbească. Mai mult, ei sunt conștienți de vibrațiile pe care le emit chiar înainte de a se naște. Aceste vibrații sunt imediat influențate de cele care îi înconjoară la naștere, dar acest lucru nu îi afectează prea mult, întrucât la fel ca și ceilalți oameni, și nou-născuții au o *Scală de Ghidare* care îi ajută să facă diferența între gândurile pozitive și cele negative, care le blochează bunăstarea interioară.

De ce se nasc unii copii bolnavi?

Jerry: Tu vorbești de o „balanță a gândurilor". Există însă o astfel de balanță chiar înainte de a ne naște? Așa se explică de ce unii copii se nasc cu probleme fizice?

Abraham: Da. Așa cum balanța gândurilor tale generează realitatea pe care o trăiești, balanța gândurilor pe

care le-ai avut înainte de a te naște ți-a influențat realitatea din primii ani de viață. Tu trebuie să înțelegi că există suflete care se nasc în mod deliberat cu anumite „handicapuri" fizice, tocmai pentru a beneficia de avantajele acestei experiențe. Perspectiva lor anterioară a fost una profund dezechilibrată, iar această experiență nouă îi poate ajuta să și-o echilibreze.

Înainte de a te naște în acest corp fizic, tu știai că pornind de la realitatea ta actuală, vei putea lua oricând o nouă decizie legată de realitatea pe care ți-o dorești. De aceea, nu ți-ai făcut probleme în legătură cu punctul de plecare al corpului tău fizic, întrucât știai că dacă această stare inițială te va face să îți dorești o realitate diferită, îți vei putea împlini oricând noua dorință. Foarte mulți oameni au obținut un succes enorm în diferite domenii de activitate, deși s-au născut în condiții de sărăcie lucie (adică la extrema opusă succesului). Acest început dificil le-a fost de mare folos, întrucât le-a permis să învețe cât de multe poți realiza dacă îți cultivi o dorință foarte puternică și gândurile care te pot conduce către împlinirea ei.

Toate sufletele care se nasc într-un corp fizic își cunosc perfect corpul în care se întrupează. Dacă totuși preferă să rămână în el, poți fii convins că aceasta a fost intenția lor fermă pe vremea când trăiau în realitatea Non-Fizică. Fără nicio excepție, dacă realitatea ta actuală te face să îți dorești o altă experiență, tu ai capacitatea de a-ți împlini dorința și de a-ți crea o nouă realitate, prin focalizarea gândurilor tale asupra ei.

Mulți oameni care atrag către ei vibrații inferioare stării de bunăstare fac acest lucru pentru că nu se mobilizează.

Chiar dacă își doresc bunăstarea, majoritatea gândurilor lor nu sunt de natură să atragă această bunăstare. *Nu are niciun rost să încerci să evaluezi situația unei alte persoane, deoarece perspectiva ta nu va fi niciodată identică cu perspectiva ei. În schimb, tu știi întotdeauna unde te afli în raport cu realitatea pe care ți-o dorești. Dacă îți vei focaliza atenția asupra gândurilor tale și dacă te vei lăsa ghidat de emoțiile care însoțesc aceste gânduri, îți vei putea direcționa majoritatea gândurilor în direcția aleasă de tine, iar mai devreme sau mai târziu te vei putea bucura de realitatea pe care ți-o dorești.*

Haide să discutăm despre conceptul de boală „incurabilă"

Jerry: Cea mai recentă boală „incurabilă" care a apărut pe pământ este SIDA. Ca de obicei, am început să vedem din ce în ce mai mulți supraviețuitori ai acestei boli, oameni care au trăit mult mai mult decât li s-a spus că mai au de trăit. Ce îi poți sugera unui bolnav de SIDA care dorește să fie ajutat?

Abraham: Nu există organism fizic care să nu se poată întoarce la o stare de sănătate perfectă, oricât de deteriorată ar fi la ora actuală starea sa... Totul depinde de ceea ce *crezi* și de ceea ce *atragi* în experiența ta de viață. Dacă ești absolut convins că o boală nu este vindecabilă – că este „fatală" – iar apoi afli că ești bolnav de ea, *convingerea* ta este că nu vei supraviețui... și această profeție pe care ți-o faci singur se va împlini.

Din fericire, supraviețuirea unui bolnav nu are nimic de-a face cu boala sa, ci exclusiv cu gândurile sale. Astfel, dacă îți vei spune: *„Acest lucru o fi valabil pentru alții, dar nu și pentru mine, întrucât eu sunt creatorul propriei mele experiențe, iar eu optez pentru vindecare, nu pentru moarte...* atunci *te poți* vindeca.

Este ușor pentru noi să facem astfel de afirmații, dar ele nu vor fi ascultate de cei care nu cred în puterea lor de a crea. Un lucru rămâne însă cert: experiența ta va reflecta întotdeauna balanța gândurilor tale. *Experiența ta este cel mai sigur indicator al gândurilor pe care le emiți. Dacă îți vei schimba aceste gânduri, experiențele tale se vor schimba la rândul lor. Aceasta este o Lege.*

Te poți focaliza asupra bucuriei pentru a-ți redobândi starea de sănătate?

Jerry: Norman Cousins este un autor care s-a îmbolnăvit de o boală considerată incurabilă. Nu cred că mai există cineva care să se fi vindecat de această boală. El a reușit să supraviețuiască însă și afirmă că a făcut acest lucru uitându-se la programe umoristice de televiziune. Nu a făcut altceva decât să se uite la astfel de programe și să râdă, iar boala a dispărut. Care crezi că a fost adevărata cauză care a condus la însănătoșirea lui?

Abraham: El s-a însănătoșit deoarece a reușit să se pună la unison din punct de vedere energetic cu bunăstarea primordială a Sursei sale. *Mai întâi de toate, dorința lui de*

a se bucura de această bunăstare a fost dramatic amplificată de boala lui; în al doilea rând, programele pe care le-a privit i-au distras atenția de la boală. Plăcerea pe care a simțit-o în timp ce râdea, amuzat de programele respective, a fost cel mai clar indiciu al faptului că rezistența pe care o opunea în calea manifestării bunăstării sale interioare a încetat. Aceștia sunt cei doi factori absolut necesari pentru a crea o realitate, oricare ar fi ea: *să ți-o dorești și să îi permiți manifestarea.*

De regulă, după ce se focalizează îndeajuns de mult asupra problemelor lor, blocându-și astfel singuri fluxul bunăstării interioare și îmbolnăvindu-se grav, oamenii își focalizează întreaga atenție nedivizată asupra bolii lor, perpetuând-o în continuare. Uneori, medicii contribuie la amplificarea convingerii lor în bunăstare, oferindu-le bolnavilor un tratament sau un remediu despre care cred că îi poate ajuta. În astfel de cazuri, *dorința* bolnavilor de a se face bine este amplificată și susținută de *convingerea* lor în remediul propus de medic. În cazul unei boli așa-zis incurabile este mult mai greu ca bolnavii să beneficieze de acești doi factori fără de care vindecarea nu se poate produce: ***dorința și credința.***

Orice om care se așteaptă să se bucure de o stare de bunăstare va avea parte de ea, indiferent de situația de plecare. Secretul constă în *a te aștepta* să te bucuri de această bunăstare, sau, așa cum s-a întâmplat cu persoana din exemplul tău, în a-ți distrage atenția de la *lipsa* bunăstării.

Putem vindeca boala ignorând-o?

Jerry: De-a lungul vieții mele de adult, nu am fost niciodată atât de bolnav încât să nu pot munci. Activitatea mea mi s-a părut întotdeauna atât de importantă încât nici prin cap nu mi-a trecut să *nu* o duc la bun sfârșit. Am observat însă un lucru care m-a uimit: dacă mă aflam într-un proces de deteriorare a sănătății, de pildă dacă simțeam primele simptome ale unei gripe sau ale unei răceli, de îndată ce apucam să mă concentrez asupra muncii mele, aceste simptome dispăreau. Se întâmpla acest lucru din cauză că mă concentram asupra unui lucru pe care *doream* să îl fac?

Abraham: Datorită *intenției* tale ferme de a-ți duce la bun sfârșit munca și datorită faptului că îți plăcea ce făceai, tu te-ai putut bucura de avantajul reorientării către bunăstare. Ori de câte ori apărea un simptom care părea să te îndepărteze de această bunăstare interioară prin focalizarea atenției asupra unei situații neplăcute, tot ce trebuia să faci era să te concentrezi asupra intenției tale obișnuite pentru ca realinierea să se producă. În acest fel, simptomele dizarmoniei dispăreau rapid.

Există și un revers al medaliei: de multe ori, tu încerci să realizezi prea multe lucruri prin intermediul activităților tale, caz în care te simți obosit și epuizat. Aceste senzații sunt un indicator evident că ai nevoie de o pauză pentru a-ți realinia energiile. De altfel, aceasta este principala cauză pentru care apar primele simptome ale bolilor.

Atunci când simt primele simptome ale unei boli, cei mai mulți dintre oameni își focalizează atenția asupra lor,

accentuându-și astfel dizarmonia interioară și accelerând evoluția bolii. Secretul în cazul de față constă în a surprinde din timp simptomele nealinierii energetice cu bunăstarea interioară. Cel mai bun semnal care indică necesitatea de a-ți schimba gândurile pentru a-ți îmbunătăți echilibrul energetic sunt emoțiile negative. Dacă nu sesizezi sau nu ții cont de acest semnal, el va deveni din ce în ce mai puternic, până când vor apărea primele semne ale disconfortului fizic. Chiar și atunci, tu te poți încă rearmoniza prin focalizarea asupra unei situații dorite (la fel ca în exemplul indicat de tine), caz în care simptomele bolii vor dispărea. *Nu există boală care să nu poată fi vindecată prin acest mecanism, dar procesul de vindecare este mult mai ușor dacă este declanșat încă din primele etape ale bolii (cele mai subtile).*

Uneori, boala îți permite să scapi de o altă activitate, pe care nu dorești să o faci. De aceea, mulți oameni *îi permit* bolii să se instaleze pentru a scăpa de diferite sarcini pe care le consideră neplăcute. Din păcate, atunci când joci acest joc periculos, tu inviți singur în viața ta vibrația bolii, care poate deveni din ce în ce mai gravă.

Care este efectul vaccinurilor asupra bolilor?

Jerry: Dacă noi suntem cei care ne creăm singuri bolile, prin intermediul gândurilor noastre, cum se face că anumite vaccinuri, precum cel împotriva poliomielitei, au reușit să eradicheze aproape complet anumite boli?

Abraham: Aşa cum spuneam, boala îţi amplifică *dorinţa* de a te vindeca, iar vaccinul îţi întăreşte *credinţa* în vindecare. Aceşti doi factori asigură delicatul echilibru al actului de creaţie: *tu poţi atrage în viaţa ta orice realitate pe care ţi-o doreşti şi în care crezi (căreia îi permiţi să se manifeste).*

Ce să aleg: un medic oficial, un vindecător prin puterea credinţei sau un vindecător care lucrează cu energia?

Jerry: Acest răspuns mă conduce la o altă întrebare: se ştie că atât *medicii oficiali,* cât şi *vindecătorii prin puterea credinţei* sau *cei care lucrează cu energia* îşi vindecă o parte din pacienţi, în timp ce pe alţii nu reuşesc să-i salveze. Cum interpretezi acest lucru?

Abraham: Numitorul comun al celor trei categorii de vindecători este acela că toţi le amplifică pacienţilor lor *credinţa.* Ei îndeplinesc astfel prima parte a ecuaţiei creaţiei, întrucât boala a amplificat deja *dorinţa* pacienţilor de a se face bine. Orice proces capabil să amplifice *credinţa* sau *aşteptarea pozitivă* conduce automat la rezultate benefice. Atunci când medicina şi ştiinţa vor înceta să mai caute *remedii* chimice şi vor începe să cerceteze *cauzele energetice* ale bolilor (dezechilibrele), rata vindecării va creşte foarte mult.

Dacă medicul *nu crede* că îţi poţi vindeca o anumită boală, el ar trebui schimbat imediat. Mulţi medici bine

intenționați își justifică îndoielile arătându-ți cât de mici sunt șansele de vindecare conform statisticilor și spunându-ți că este puțin probabil ca tu să fii o excepție. Deși această logică are la bază o serie de fapte reale și de dovezi la care medicina oficială a ajuns să se aștepte, ea nu are nimic de-a face cu tine. Nu există decât doi factori care îți pot influența într-un sens sau altul vindecarea: *dorința* ta de a te face bine și *credința* ta că vei reuși. Din păcate, diagnosticul negativ al medicilor nu face decât să surpe această *credință*.

Dacă ai o *dorință* puternică de a te vindeca, dar medicul nu îți dă nicio *speranță*, este firesc să te îndrepți către alte alternative, care nu numai că acceptă speranța, dar o și încurajează, întrucât dețin foarte multe dovezi că oamenii se pot vindeca de bolile așa-zis „incurabile".

Medicul tău – un instrument pentru amplificarea bunăstării tale

Abraham: Medicina modernă nu ar trebui condamnată de nimeni, întrucât ea a fost creată de gândurile, de dorințele și de convingerile membrilor societății voastre. Noi spunem însă altceva: tu ai puterea de a realiza orice îți dorești și nu trebuie să cauți în afară pentru a obține validarea necesară. Această validare nu poate veni decât din interiorul tău, sub forma emoțiilor pe care le simți.

Începe întotdeauna prin a căuta starea de armonie energetică (de aliniere), și abia apoi treci la acțiunile inspirate de această stare. Dacă dorești, poți lăsa

comunitatea medicală să te asiste în procesul de vindecare, dar nu trebuie să le ceri medicilor imposibilul, adică un remediu care să compenseze dizarmonia ta energetică.

Cine nu *întreabă* nu poate primi un *răspuns.* Atenția focalizată asupra unei probleme echivalează cu o întrebare, respectiv cu *căutarea* unei soluții. De aceea, nu este de mirare că foarte mulți medici examinează corpul fizic în căutarea unor probleme pentru care ar putea avea soluții. Din păcate, *căutarea problemelor* reprezintă un catalizator puternic pentru *atragerea* lor. De aceea, oricât de bine intenționați ar fi, medicii joacă un rol cheie în perpetuarea bolilor, iar soluțiile pe care le oferă ei nu contracarează decât în mică măsură acest proces. *Prin aceste cuvinte, noi nu dorim să sugerăm că medicii nu doresc să te ajute sincer. Din păcate, atunci când te examinează, intenția lor principală este de a găsi dovezi ale unor probleme de sănătate. De aceea, ei atrag în primul rând vibrații asociate cu bolile, nu cu soluționarea lor.*

În timp, după foarte mulți ani de activitate profesională, ei încep să creadă în vulnerabilitatea omului, întrucât observă mai degrabă slăbiciunile acestuia decât puterea lui. Așa se explică de ce ei atrag din ce în ce mai mult în experiența lor vibrația bolii, nu a vindecării.

Jerry: Aceasta este cauza pentru care atât de mulți medici nu reușesc să se vindece pe ei înșiși?

Abraham: Da, aceasta este cauza. Nu este deloc ușor să te focalizezi asupra experiențelor negative ale altor oameni fără să ajungi să experimentezi anumite emoții negative asociate cu acestea, iar boala nu poate apărea decât datorită

permisivității față de negativitate. *Cine nu are niciodată experiențe negative nu se poate îmbolnăvi.*

Ce pot face pentru a-i ajuta pe alții?

Jerry: Care este cel mai bun lucru pe care îl pot face eu, ca individ, pentru alți oameni care suferă din cauza unor afecțiuni fizice?

Abraham: Un lucru este sigur: tu nu îi ajuți niciodată pe alții dacă accepți ca ei să îți plângă pe umăr, susținându-le lamentările. Cel mai bun lucru pe care îl poți face pentru ei constă în a-i privi așa cum și-ar dori ei să fie. Uneori, acest lucru se traduce prin îndepărtarea temporară de ei, pentru a evita astfel lamentările lor. În acest scop, le poți spune: „Am învățat să cred în puterea atenției și gândurilor mele. De aceea, mă văd nevoit să te evit, întrucât nu doresc să contribui la înrăutățirea situației tale ascultându-ți lamentările, care știu că nu corespund adevăratelor tale dorințe". Pe cât posibil, încearcă să le distragi atenția de la lamentările lor. Ajută-i să se focalizeze asupra unor aspecte mai pozitive... În plus, fă tot ce îți stă în puteri pentru a-ți imagina că se vindecă.

Poți fi absolut sigur că ajuți pe cineva numai dacă ești capabil să te gândești la persoana respectivă simțindu-te bine. Tu nu le ești de folos celor din jur decât dacă îi iubești, dar fără să-ți faci griji pentru ei. Ori de câte ori te bucuri pentru ei, tu îi ajuți direct. Altfel spus, asocierea ta cu ei nu le este benefică acestora decât dacă îi privești așa cum îi privește ***Ființa ta Interioară.***

Ce se întâmplă dacă ei sunt în comă?

Jerry: Din când în când, cineva îmi spune: „Am un prieten sau un membru al familiei care este în comă". Pot face eu ceva pentru o persoană dragă care se află într-o stare de inconștiență?

Abraham: Adevărata comunicare între oameni se realizează la nivel energetic. De aceea, chiar dacă persoana dragă nu dă semne de recunoaștere, acest lucru nu înseamnă că tu nu poți comunica cu ea pe un anumit nivel. *Tu poți comunica inclusiv cu sufletele celor care au trecut marele prag pe care voi îl numiți „moarte". De aceea, nu trebuie să crezi că o stare de inconștiență te împiedică să comunici cu cineva.*

Principalul motiv pentru care oamenii rămân în comă sau într-o stare de inconștiență este exact acela de a scăpa de gândurile orientate către lipsuri care i-au măcinat prea multă vreme. Deși își retrag atenția conștientă de la detaliile vieții lor de zi cu zi, acești oameni continuă să se afle într-o stare de comunicare energetică cu *Ființa lor Interioară.* Acest lucru le permite să se regenereze și să stabilească în ce măsură își mai pot găsi alinierea cu această *Ființă Interioară* dacă se vor întoarce în corpul fizic, sau doar dacă se vor reintegra în dimensiunea Non-Fizică. Din multe puncte de vedere, această stare nu diferă fundamental de aceea în care s-au aflat înainte de a se naște în corpul fizic.

Iată care este cea mai bună atitudine pe care o poți avea în legătură cu acești oameni: *„Doresc să faci ceea ce este cu adevărat important pentru tine. Sunt de acord cu decizia*

ta, oricare ar fi aceasta. Te iubesc necondiționat. Dacă vei decide să rămâi în această dimensiune fizică, voi fi fericit... Dacă vei decide să o părăsești, voi fi de asemenea fericit. Fă așa cum consideri că este mai bine pentru tine". Aceasta este atitudinea ideală pe care o poți adopta față de acești oameni.

Jerry: Să înțeleg că inclusiv cei care rămân într-o astfel de stare catatonică ani la rând fac ceea ce *doresc* să facă?

Abraham: Cei mai mulți dintre acești oameni au luat cu foarte mult timp în urmă decizia de a părăsi definitiv acest plan fizic. Din păcate, cineva din lumea terestră le-a încălcat decizia și i-a menținut conectați la o mașinărie. Conștiința lor a plecat însă de mult timp și nu se va mai întoarce vreodată în această lume.

Pot eu să moștenesc genetic boala bunicii mele?

Jerry: Am auzit mulți oameni făcând afirmații de genul: „Sufăr de migrene din cauză că și mama mea a suferit de migrene", sau „Mama mea este supraponderală, bunica mea a fost supraponderală, așa că nu este de mirare că și copiii mei sunt supraponderali". Își moștenesc oamenii problemele fizice pe o bază genetică?

Abraham: Așa-zisele moșteniri genetice nu sunt de regulă altceva decât răspunsul *Legii Atracției* la *gândurile* pe care le-au învățat de la părinții lor. Pe de altă parte, celulele corpului sunt ele însele mecanisme gânditoare, așa

că pot copia vibrațiile altor celule. Dacă îți identifici însă o dorință și dacă îți cultivi gânduri care te fac să te simți bine (și care indică faptul că te afli în rezonanță cu *Ființa ta Interioară),* celulele corpului tău reacționează rapid la vibrația bunăstării pe care o instituie gândurile tale pozitive. Celulele nu își pot dezvolta niciodată singure tendințe negative care să conducă la boală dacă tu te afli în rezonanță cu *Ființa ta Interioară.* Ele nu pot ieși din starea de armonie decât dacă *tu însuți* ai ieșit din această stare.

Corpul fizic este o extensie a gândurilor tale. Simptomele negative așa-zis „moștenite" sunt susținute de gândurile tale negative și nu ar putea apărea în prezența unor gânduri pozitive ferm susținute, indiferent ce boli au avut părinții tăi.

Jerry: Dacă îmi aud mama vorbind de durerile ei de cap și accept această realitate, înseamnă că pot ajunge să sufăr eu însumi de dureri de cap?

Abraham: Indiferent dacă ai auzit un anumit lucru de la mama ta sau de la o altă persoană, dacă îți focalizezi atenția asupra lui, tu începi să atragi esența sa în viața ta. Durerile de cap reprezintă un simptom al unei rezistențe împotriva bunăstării *Ființei tale Interioare.* Spre exemplu, dacă îți faci prea multe griji legate de locul de muncă sau dacă te enervezi împotriva celor care conduc țara, *te poți alege cu o durere de cap, chiar dacă nu te concentrezi în mod deliberat asupra ei.*

Jerry: Dacă îmi aud mama plângându-se de dureri de cap și dacă resping în mod conștient această vibrație, spunând ceva de genul: „Poate că tu suferi de așa ceva, dar

eu nu am de gând să sufăr din cauza acestei probleme", mă pot proteja într-o oarecare măsură?

Abraham: Este întotdeauna util să descrii în cuvinte ce anume îți dorești, dar nu poți rămâne în rezonanță cu *cel-care-ești-cu-adevărat* atât timp cât te concentrezi asupra durerii de cap a mamei tale. *Cuvintele care descriu ce anume îți dorești în timp ce privești în față ce nu îți dorești nu te ajută să intri în rezonanță cu situația pe care dorești să o atragi în viața ta. Mută-ți atenția de la situația pe care nu dorești să o atragi către cea pe care dorești să o atragi în viața ta.* Altfel spus, concentrează-te asupra unui alt aspect asociat cu mama ta, care te face să te simți bine, sau pur și simplu asupra unei alte situații care te face să te simți bine, chiar dacă nu are nimic de-a face cu mama ta.

În ce constă rolul mass-mediei în răspândirea epidemiilor?

Jerry: Am auzit recent în mass-media că există o campanie de vaccinare gratuită împotriva gripei pentru toți cei care doresc să își facă acest vaccin. Crezi că acest gen de știri influențează răspândirea virusului gripei?

Abraham: Cu siguranță. Nu există sursă mai importantă de răspândire a vibrațiilor negative în societatea modernă decât televiziunea. Desigur, la fel ca în cazul oricărui alt domeniu de viață, și ea conține aspecte pozitive și negative, iar oamenii au capacitatea de a se focaliza numai asupra aspectelor dorite. În acest fel, ei pot obține beneficii reale

în urma privirii programelor de televiziune. Nu este mai puţin adevărat că, dacă nu sunt atenţi, majoritatea ştirilor televizate le pot crea un punct de vedere extrem de distor-sionat şi profund dezechilibrat. Reporterii de televiziune nu caută de regulă decât situaţii negative, pe care le amplifică prin modul lor de prezentare şi prin muzica tulburătoare cu care îşi însoţesc prezentările, după care le difuzează în lumea largă, oferindu-le oamenilor o viziune profund distorsionată asupra vieţii de pe această planetă, în detrimentul bunăstării lor.

O altă sursă profund negativă de influenţă este difuzarea continuă a reclamelor medicale, care conţin fraze de genul: „Unul din cinci oameni suferă de această boală cumplită. Probabil te numeri şi tu printre ei". În acest fel, ele te stimulează să te gândeşti la problema respectivă, după care te îndeamnă: „Du-te la medic". În clipa în care te duci la medic (îţi reamintim că principala *intenţie* a oricărui medic este de a găsi ceva *rău),* tu ai deja o aşteptare negativă. Nu-i de mirare că după toate aceste influenţe, corpul tău reacţionează, începând să dea primele semne ale bolii la care te gândeşti. Aşa se explică de ce tot mai mulţi oameni sunt bolnavi în această epocă în care medicina oficială a făcut mai multe progrese ca oricând.

Reţine: pentru a crea o realitate, tot ce trebuie să faci este să *te gândeşti* la ea, iar apoi să te aştepţi ca ea să prindă viaţă. Televiziunea îţi prezintă statistici, îţi amplifică imaginaţia prin tot felul de istorii cumplite, creându-ţi astfel imagini foarte detaliate de care ar trebui să te temi. În fiinţa ta se naşte astfel emoţia *fricii: „Nu îmi doresc acest lucru!"* Tu îţi creezi astfel o jumătate din ecuaţia bolii. Reclamele

te încurajează apoi să te duci la medic sau să îți faci un vaccin gratuit împotriva gripei. Este ca și cum ți-ar spune: „Știm că există o epidemie. În caz contrar, nu ți-am oferi acest vaccin gratuit". Fără să vrei, tu îți creezi astfel și cea de-a doua parte a ecuației bolii: *așteptarea,* care *îi permite* vibrației bolii să se instaleze în trupul tău. Și astfel, te trezești în situația ideală de a te îmbolnăvi de gripă (sau de orice altă boală de care se vorbește la televizor)

Tu îți creezi singur realitatea la care te gândești, indiferent dacă ți-o dorești sau nu. Cea mai bună soluție de ieșire din acest cerc vicios constă în a-ți spune o nouă poveste de viață, legată de bunăstare, astfel încât ori de câte ori se întâmplă să te uiți la televizor și să vezi poveștile lor înspăimântătoare (pe care nu dorești în niciun caz să le experimentezi), să poți asculta liniștit și amuzat versiunea lor, fără a te speria.

Surprinde senzațiile de disconfort când acestea sunt încă minore

Abraham: Primul indiciu că te împotrivești manifestării stării de bunăstare interioară apare întotdeauna sub forma unei emoții negative. Corpul fizic nu se îmbolnăvește la prima apariție a unei emoții negative, dar concentrarea mentală asupra unor subiecte care prelungesc această emoție conduce inevitabil la boală.

Dacă nu ești conștient de faptul că o emoție negativă indică o dizarmonie energetică ce se împotrivește bunăstării

pe care ți-o dorești, înseamnă că accepți într-o anumită măsură respectiva emoție și că nu simți nevoia să te împotrivești în vreun fel ei. Chiar dacă se simt îngrijorați de o anumită emoție negativă sau de stresul pe care îl experimentează, majoritatea oamenilor nu știu cum să scape de această stare, întrucât sunt convinși că reacționează astfel la diferite evenimente și circumstanțe exterioare pe care nu le pot controla. De aceea, ei se simt neputincioși în legătură cu emoțiile lor.

Noi dorim ca tu să înțelegi că emoțiile tale apar întotdeauna ca răspuns la gândurile pe care le emiți. Indiferent de circumstanțele în care te afli, tu ai puterea de a te concentra asupra unor altfel de gânduri, care să te facă să te simți ceva mai bine sau ceva mai rău. Dacă alegi întotdeauna gândurile care te fac să te simți ceva mai bine, *Legea Atracției* va avea grijă ca experiențele tale să se îmbunătățească. *Secretul obținerii și menținerii unei stări de bunăstare fizică este observarea indiciilor dizarmoniei încă din primele faze ale acesteia. Este mult mai ușor să îți reorientezi gândurile în aceste prime etape decât după ce Legea Atracției a răspuns deja gândurilor tale profund negative, punându-te în fața unor circumstanțe corespunzătoare.*

Dacă vei lua decizia de a nu mai permite niciodată cultivarea emoțiilor negative, recunoscând că depinde numai de tine să te simți mai bine prin refocalizarea atenției tale (nu trebuie în acest scop să le ceri celor din jur să facă altceva sau să speri că circumstanțele exterioare se vor schimba de la sine, astfel încât tu să te poți simți mai bine), atunci nu

numai că vei o persoană mai sănătoasă, dar vei fi și una mult mai fericită. *Bucuria, aprecierea, iubirea și sănătatea sunt vibrații sinonime. Resentimentele, depresia, invidia, mânia și boala de asemenea.*

Pot fi vindecate în vreun fel artrita și boala lui Alzheimer?

Jerry: Pot fi vindecate bolile degenerative precum artrita sau boala lui Alzheimer? Este posibil să te vindeci de o astfel de boală, indiferent de vârstă?

Abraham: Starea corpului fizic reprezintă un indiciu perfect al balanței gândurilor tale. De aceea, dacă îți vei schimba gândurile, starea ta de sănătate se va schimba la rândul ei. Singurul motiv pentru care o boală pare nevindecabilă este încăpățânarea cu care refuzi să îți schimbi gândurile.

Mulți oameni învață să se cantoneze în tiparele lor mentale negative pornind de la niște „adevăruri" la care au fost martori sau pe care le-au învățat de la alții. Ei se cramponează cu încăpățânare de aceste tipare mentale (care nu le servesc în niciun fel), după care experimentează rezultatele acestui mod de a gândi. Ei se înscriu astfel într-un cerc vicios: se gândesc la lucruri *nedorite* (pe care le consideră adevăruri imuabile), și împiedică astfel – în virtutea *Legii Atracției* – situațiile *dorite* să vină către ei, atrăgându-le în schimb pe cele *nedorite.* Ei se focalizează apoi și mai intens asupra acestora din urmă, pe care le

consideră inevitabile, și astfel atrag în viața lor noi situații nedorite.

Tu îți poți schimba orice experiență de viață, dar în acest scop trebuie să începi mai întâi să privești lumea cu alți ochi. Altfel spus, trebuie să îți spui povestea vieții așa cum ți-ai dori să fie ea, nu așa cum este la ora actuală. Dacă vei începe să îți schimbi direcția gândurilor și cuvintelor în funcție de ceea ce simți atunci când le emiți (sau când le rostești), tu îți vei putea schimba *în mod deliberat* vibrațiile. Indiferent dacă accepți sau nu acest lucru, tu ești o Ființă Energetică, iar *Legea Atracției* răspunde întotdeauna la vibrațiile pe care le emani.

Jerry: Au substanțele chimice de genul alcoolului, nicotinei sau cocainei efecte negative asupra corpului?

Abraham: Bunăstarea ta fizică este afectată într-o măsură mult mai mare de balanța vibrațiilor tale decât de substanțele pe care le introduci în corp. Încă și mai semnificativ este însă faptul că dacă te-ai afla în armonie din punct de vedere energetic, tu nu ai mai fi înclinat să introduci în corp substanțe care îți pot deteriora acest echilibru interior. Aproape fără nicio excepție, dorința de a ingera astfel de substanțe se datorează unei dizarmonii interioare. *De fapt, impulsul de a le ingera se datorează dorinței de a umple golul interior generat de acest dezechilibru energetic.*

BCU VASILE ALECSANDRI LIBRARY

Sunt exercițiile fizice și nutriția corectă factori autentici de care depinde sănătatea noastră?

Jerry: Depinde starea noastră de sănătate de o nutriție corectă sau de mai multe exerciții fizice?

Abraham: Așa cum probabil ai observat, există oameni care au o nutriție corectă și care fac exerciții fizice, bucurându-se în același timp de o sănătate excelentă. Există însă și oameni care fac eforturi fantastice de a-și schimba dieta alimentară și care fac ani la rând exerciții fizice, dar care nu reușesc să își mențină bunăstarea fizică. Ajungem astfel la aceeași concluzie: nu contează atât de mult ceea ce faci, cât ceea ce gândești și ce simți. Altfel spus, ceea ce contează cu adevărat este povestea pe care ți-o spui și echilibrul energetic pe care ți-l conferă ea.

Dacă îți faci timp pentru a te reechilibra din punct de vedere energetic, chiar și cel mai mic efort fizic te va face să te simți excepțional. În schimb, dacă nu începi prin a-ți regăsi echilibrul energetic interior, nicio acțiune din lume nu va putea compensa vreodată acest dezechilibru. Starea de armonie interioară îți inspiră și acțiunile exterioare cele mai corecte, în timp ce starea de dizarmonie interioară nu-ți poate inspira decât acțiuni incorecte, care vor avea efecte și mai negative asupra stării tale de spirit.

Jerry: Îmi amintesc de un citat celebru aparținându-i lui Sir Winston Churchill (primul ministru al Marii Britanii în timpul celui de-al Doilea Război Mondial). Acesta a spus: „Eu nu alerg niciodată dacă pot merge, nu merg niciodată

dacă pot sta în picioare, nu stau niciodată în picioare dacă pot sta așezat și nu stau niciodată așezat dacă pot sta culcat". Toate fotografiile îl prezintă pe Churchill cu un trabuc mare în gură. Cu toate acestea, a trăit până la vârsta de 90 de ani și s-a bucurat de o sănătate foarte bună. Modul lui de viață nu a corespuns însă nici pe departe celui pe care îl considerăm la ora actuală ca fiind sănătos. Să înțeleg că totul a depins de *convingerile* lui?

Abraham: Motivul pentru care atât de mulți oameni nu înțeleg în ce constă comportamentul corect al unui mod de viață sănătos este exact acela că ei se focalizează exclusiv asupra comportamentului, uitând de partea cea mai importantă a ecuației: ceea ce gândesc, ceea ce simt și povestea pe care și-o spun.

Ce se întâmplă atunci când un om sănătos se simte tot timpul obosit?

Jerry: Ce soluție sugerezi în cazul unui om relativ sănătos, dar care se simte tot timpul obosit sau fără chef?

Abraham: Oamenii descriu de regulă această stare în care se simt obosiți sau fără chef drept un deficit energetic, și au perfectă dreptate. Deși nimeni nu se poate separa complet de Sursa sa energetică, dacă omul emite gânduri aflate în contradicție cu această Sursă, el se opune fluxului energetic care provine de la ea, și astfel simte o stare de deficit energetic, adică de oboseală sau de epuizare. *Ceea ce simți reflectă întotdeauna alinierea sau nealinierea ta cu Sursa. Nu există excepții de la această regulă.*

Dacă îți spui povestea pe care ți-o dorești (adică povestea pe care și-o spune întotdeauna Sursa ta), tu te simți fericit și încărcat cu energie. Starea de deficit energetic este întotdeauna rezultatul faptului că îți spui o poveste diferită de cea a Sursei tale. Ori de câte ori îți vei spune o poveste care insistă asupra aspectelor pozitive ale vieții tale, tu te vei simți încărcat cu energie. Ori de câte ori îți vei spune o poveste care insistă asupra aspectelor negative ale vieții tale, tu te vei simți frustrat și epuizat. Ori de câte ori te vei focaliza asupra unei situații nedorite din experiența ta curentă de viață, vei simți o emoție negativă. Ori de câte ori îți vei imagina o îmbunătățire a acestei situații, vei simți o emoție pozitivă. *Ceea ce simți depinde întotdeauna de relația dintre obiectul atenției tale și adevărata ta dorință. De aceea, cea mai bună soluție în cazul în care te simți deprimat sau obosit constă în a te gândi la ceea ce îți dorești cu adevărat.*

Care este principala cauză a bolilor?

Jerry: Deci, pe scurt, care consideri tu că este adevărata cauză a bolilor?

Abraham: Orice boală se datorează focalizării atenției asupra unor aspecte nedorite, care conduce la emoții negative pe care omul le neglijează, continuând să se concentreze asupra acelorași aspecte *nedorite* până când emoțiile sale se agravează, și tot așa, până la declanșarea propriu-zisă a bolii, generată de *Legea Atracției. Boala nu poate apărea decât dacă omul ignoră primele indicii ale dizarmoniei care se*

instalează în interiorul lui, indicii manifestate sub forma emoțiilor sale negative.

Dacă simți o emoție negativă, dar nu încerci să schimbi gândul care stă la baza ei, astfel încât să simți o stare de ușurare, emoția negativă se amplifică inevitabil. Mai devreme sau mai târziu, ea se va transforma într-un disconfort fizic, adică într-o boală. *Boala nu reprezintă însă decât un indiciu al vibrației tale. Dacă îți vei schimba această vibrație, indiciul se va schimba la rândul lui, adaptându-se noii tale vibrații. Boala nu este altceva decât un indiciu fizic al unui dezechilibru energetic.*

Mulți oameni bolnavi nu sunt de acord cu explicațiile noastre referitoare la cauza bolilor. Ei nu cred că *Legea Atracției* răspunde în acest fel gândurilor lor și protestează afirmând că ei nu s-au gândit niciodată la boala particulară de care suferă. Boala nu apare însă pentru că te gândești la *ea*, sau la *orice altă* boală. *Boala este indiciul final al gândurilor negative. În prima fază, ea s-a manifestat sub forma unei emoții negative, care s-a amplificat din ce în ce mai mult pe măsură ce gândurile negative au persistat. Gândirea negativă este o formă de rezistență, indiferent de subiectul ei. Așa se explică de ce pe pământ apar în permanență boli noi. Până când oamenii nu vor învăța să își vindece cauza bolilor (gândirea negativă), ei nu vor găsi niciodată un remediu definitiv pentru bolile lor.*

Chiar în această clipă, tu ai potențialul de a te îmbolnăvi de orice boală, dar și potențialul de a te bucura de o stare de sănătate perfectă. Tu vei atrage către tine una sau alta dintre aceste două extreme, sau orice stare intermediară, în funcție de balanța gândurilor tale.

Jerry: Cu alte cuvinte, privind lucrurile din perspectiva ta, nu există o cauză *fizică* a bolilor? Cauza tuturor bolilor este *gândirea*?

Abraham: Noi înțelegem impulsul oamenilor de a pune cauzele bolilor pe seama diferitor acțiuni sau comportamente. Dacă te întrebi de unde provine apa, tu indici imediat robinetul din bucătărie, și nu te înșeli. Aceasta este însă doar o perspectivă din care poți privi lucrurile. În realitate, apa provine dintr-o sursă mult mai îndepărtată. În mod similar, sursa bunăstării sau a bolii poate fi privită din diferite perspective. Explicațiile oamenilor nu sunt incorecte, dar nici nu surprind sursele reale. *Bunăstarea sau boala reprezintă simptome ale balanței gândurilor, care se manifestă pe calea minimei rezistențe, la fel cum procedează un flux de apă care coboară din munte.*

„Vechea" mea poveste legată de bunăstarea fizică. Un exemplu

Observ o serie de simptome fizice care mă îngrijorează. Pe măsură ce îmbătrânesc, devin din ce în ce mai slăbit, mai puțin stabil, mai bolnav și mai nesigur pe mine. Mă gândesc cu spaimă la ziua de mâine, în ceea ce privește starea mea de sănătate. Am încercat să am mai multă grijă de mine, dar nu am constatat o îmbunătățire radicală. Bănuiesc că este normal să te simți din ce în ce mai rău pe măsură ce îmbătrânești. Exact așa s-au întâmplat lucrurile în cazul părinților mei. De aceea, nu-i de mirare că îmi fac griji în legătură cu starea mea de sănătate.

„Noua" mea poveste legată de bunăstarea fizică. Un exemplu

Corpul meu răspunde gândurilor mele legate de el, și în general tuturor gândurilor mele. Cu cât mă simt mai bine atunci când mă gândesc la ceva, cu atât mai bine se simte și corpul meu.

M-am bucurat sincer să aflu că există o corelație directă între felul în care mă simt și gândurile mele. Îmi face plăcere să știu că emoțiile mele mă pot ajuta să îmi schimb gândurile cu altele, care mă fac să mă simt bine, generând astfel vibrații mai înalte, care ajută corpul să se vindece. Corpul meu este foarte sensibil la gândurile mele, iar acest lucru este bine de știut.

Îmi face plăcere să îmi aleg propriile gânduri. Indiferent în ce stare mă aflu, eu știu că am puterea de a-mi schimba gândurile, și implicit starea de spirit. Starea sănătății mele nu este decât un indiciu al stării mele de spirit (mentale). Dat fiind că îmi pot controla oricând doresc starea de spirit, eu îmi pot controla practic starea de sănătate.

Corpul fizic este un instrument uimitor. El a început să se dezvolte pornind de la o singură celulă și s-a transformat în timp în acest corp adult atât de complex. Sunt impresionat de inteligența celulelor care alcătuiesc corpul uman și de stabilitatea acestuia, căci văd cât de multe funcții îndeplinește propriul meu corp fără implicarea mea conștientă.

Mă bucur că nu am responsabilitatea conștientă de a-mi deplasa singur sângele prin vene sau aerul prin plămâni. Mă bucur că trupul meu știe să se descurce singur și că

face o treabă atât de bună. Corpul uman este un instrument uimitor de inteligent, de flexibil, de rezistent, capabil să vadă, să audă, să miroase, să guste și să aibă senzații tactile.

Corpul meu mă slujește de minune. Mă bucur că pot explora viața folosindu-mă de acest corp. Îmi savurez propria vitalitate și flexibilitate. Viața mi se pare frumoasă atunci când o percep prin simțurile corpului meu.

Sunt extrem de încântat de ochii mei, cu ajutorul cărora pot privi deopotrivă aproape și departe, pot distinge forme și culori diferite, care îmi permit să îmi fac o idee în legătură cu perspectiva lucrurilor și cu distanța la care se află ele. Sunt extrem de încântat de capacitatea corpului meu de a auzi, de a mirosi, de a gusta și de a avea senzații tactile. Această planetă mi se pare minunată atunci când o percep prin intermediul simțurilor pe care mi le pune la dispoziție admirabilul meu corp.

Sunt fascinat și privesc cu respect capacitatea de regenerare a corpului meu, pe care am putut-o observa de atâtea ori, văzând cu ochii mei cum rănile se cicatrizează, iar sub coaja cicatricei se formează un nou strat de piele.

Sunt perfect conștient de flexibilitatea corpului meu, de dexteritatea degetelor mele și de reacția imediată a mușchilor mei la cea mai mică sarcină pe care le-o dau.

Îmi face plăcere să știu că trupul meu se descurcă perfect de unul singur și că este orientat întotdeauna către bunăstare, atât timp cât nu-i stau în cale prin gândurile mele negative.

Îmi face plăcere să înțeleg și valoarea emoțiilor mele, precum și faptul că eu am capacitatea de a-mi păstra bunăstarea fizică prin cultivarea unor gânduri fericite.

Sunt perfect conștient de faptul că în fiecare zi, chiar și atunci când anumite organe ale corpului meu nu funcționează impecabil, marea majoritate a mecanismelor mele corporale funcționează totuși perfect, astfel încât principala senzație pe care o experimentez este aceea de bunăstare.

Mai presus de orice, îmi place la nebunie răspunsul rapid al corpului meu la atenția și la intențiile mele. Este de fiecare dată o plăcere să remarc conexiunile profunde care există între mintea, corpul și spiritul meu, precum și efectele incredibile pe care le produce armonizarea deliberată a gândurilor mele.

Îmi place să mă bucur de viață prin intermediul corpului meu.

Mă simt profund recunoscător pentru această experiență.

Mă simt atât de bine.

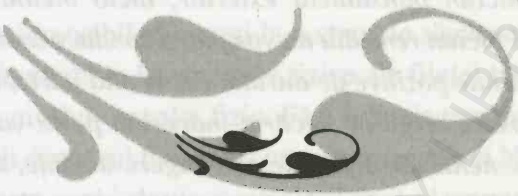
Așa cum spuneam mai devreme, nu există o manieră corectă sau greșită de a-ți spune noua poveste de viață. Ea se poate referi la experiențele tale actuale, la cele din trecut sau la cele din viitor. Singurul lucru care contează este să fii conștient de intenția ta de a-ți îmbunătăți povestea vieții, astfel încât să te simți mai bine în pielea ta. Cu cât îți vei spune mai multe astfel de povești scurte de-a lungul zilei, cu atât mai ușor îți va fi să îți schimbi punctul de atracție. Important este să nu uiți că povestea pe care ți-o spui va sta la baza noii tale vieți de acum înainte. De aceea, spune-o exact așa cum îți dorești să trăiești.

PARTEA a IV-a

O nouă perspectivă asupra sănătății, greutății corporale și echilibrului mental

BCU "Ion Creangă" UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY



Doresc să mă bucur de un corp sănătos

Armonizarea corpului fizic este extrem de importantă, din două motive principale:

- Mai întâi de toate, nu există subiect la care oamenii să se gândească mai mult decât la propriul lor corp (lucru absolut logic, întrucât ei îl poartă cu sine oriunde s-ar duce).
- În al doilea rând, dat fiind că orice mod de a privi viața și orice gând trece prin filtrul corpului, atitudinea ta legată de orice alt domeniu de viață depinde de ceea ce simți în legătură cu corpul tău fizic.

Până în prezent, știința și medicina nu au făcut mari progrese în stabilirea relației dintre minte și corp, dintre gânduri și realitate sau dintre atitudini și rezultatele obținute. De aceea, majoritatea oamenilor sunt nevoiți să se ghideze

după tot felul de sfaturi contradictorii în legătură cu trupurile lor. *Din păcate, atunci când fundamentul înțelegerii este fisurat, niciun pansament exterior, nicio metodă, nicio poțiune și niciun remediu nu vor putea conduce la obținerea unor rezultate pozitive de durată. Pe de altă parte, dat fiind că alinierea energiilor fiecărui individ în parte variază în funcție de nenumăratele sale convingeri, dorințe, așteptări și influențe primite din afară în copilărie și mai târziu, nu este de mirare că medicina nu poate pune la dispoziția bolnavilor remedii „care funcționează în orice situație", iar oamenii nu mai înțeleg nimic în legătură cu corpurile lor.*

Atunci când încerci să acumulezi și să prelucrezi informații legate de ceea ce se întâmplă cu corpurile altor oameni, în loc să îți folosești propria *Scală de Ghidare Emoțională* pentru a-ți înțelege *propria* aliniere sau nealiniere cu Sursa ta energetică, este ca și cum ai folosi harta rutieră a unei țări străine pentru a te ghida pe drumurile din propria ta țară. Aceste informații pur și simplu nu au cum să te ajute să îți dai seama unde te afli în momentul de față.

Oamenii au primit atât de multe informații contradictorii în legătură cu *Legile Universului,* încât suntem fericiți că putem vorbi cu tine, oferindu-ți aceste informații referitoare la corpul tău în cadrul contextului de ansamblu. Dorința noastră este să te ajutăm să înțelegi cât mai clar ce înseamnă să fii un om sănătos, care se simte perfect din punct de vedere fizic și care arată exact așa cum își dorește să arate. Dacă îți vei focaliza în mod deliberat gândurile astfel încât să ți le aliniezi cu *Ființa ta Interioară* (sau cu spiritul tău), corpul tău fizic va fi cea mai bună dovadă a acestei alinieri.

Doresc să îmi echilibrez dorințele și experiențele personale

Este imposibil să ajungi la o stare de sănătate perfectă numai gândindu-te la aspectele fizice ale ființei tale și acționând la nivelul corpului fizic. Fără o înțelegere profundă a conexiunii dintre eul fizic și cel interior, energetic și Non-Fizic, nu se poate vorbi de un control eficient al corpului fizic. Altfel spus, un corp care se simte bine și care arată așa cum își dorește posesorul lui nu depinde atât de mult de dieta alimentară și de exercițiile fizice pe care le adoptă acesta din urmă, cât de alinierea energetică dintre aspectul fizic și cel nefizic al ființei sale.

Dacă îți vei accepta totalitatea Ființei și îți vei stabili ca principală prioritate armonizarea energetică, vei avansa cu pași uriași către obținerea și menținerea corpului fizic dorit. Dacă nu vei face însă decât să aplici condițiile impuse de alții, experiențele și opiniile lor, în speranța că te vei bucura în final de bunăstare, nu îți vei putea controla starea corpului tău fizic. Cu alte cuvinte, dacă vei face efortul de a atinge standardul fizic impus de experiențele altor persoane, fără a încerca mai întâi să atingi alinierea personală dintre tine și *Tine*, tu nu vei descoperi niciodată secretul controlului asupra propriului tău corp.

Nu trebuie să îmi compar corpul cu al altor persoane

Noi dorim să te ajutăm să înțelegi că nu există o singură stare corporală corectă sau ideală. Atunci când te-ai născut în acest corp, tu ai venit cu intenția fermă de a experimenta o varietate cât mai mare de stări corporale. Dacă toți oamenii s-ar întrupa cu intenția de a fi la fel, probabil că cei mai mulți dintre ei ar fi identici. Faptul că nu sunt atestă că ei s-au întrupat cu intenția de a experimenta stări cât mai diferite. Există o varietate incredibilă a formelor, mărimilor, flexibilității și dexterității corporale. Unii oameni sunt mai puternici, iar alții mai agili... Această incredibilă varietate conferă un mare avantaj umanității în ansamblul ei, ajutând-o să ajungă la echilibru.

De aceea, sfatul nostru este următorul: decât să te privești și să ajungi la concluzia că îți lipsește cutare sau cutare caracteristică, așa cum procedează majoritatea oamenilor, mai bine caută să descoperi avantajele *tale* unice. Altfel spus, dacă tot îți contempli și îți analizezi corpul fizic, petrece cea mai mare parte a timpului căutând avantajele pe care ți le oferă acesta ție, dar și echilibrului general *al umanității.*

Jerry: Îmi amintesc de o perioadă din viața mea când lucram într-un circ, ca trapezist. Eram prea greu pentru a fi ceea ce se numește un „zburător", dar prea slab pentru a fi un „prinzător". De aceea, nu mă simțeam confortabil decât atunci când lucram cu un prinzător mai solid sau cu un zburător mai ușor. Din acest motiv, cel mai adesea lucram

singur, fără să fiu nevoit să prind pe nimeni din zbor şi fără ca cineva să mă prindă pe mine. Oricum, nu simţeam că îmi lipseşte ceva, întrucât nu făceam comparaţii cu nimeni, gândindu-mă că aş putea fi mai solid sau mai slab. Pur şi simplu îmi plăcea ceea ce făceam şi mă simţeam la fel de bine ca şi ceilalţi trapezişti, care lucrau în perechi. [*Abraham:* Foarte bine. Excelent.]

Ce s-ar întâmpla dacă m-aş considera perfect?

Jerry: Mă întreb dacă nu ne-am putea privi cu toţii greutatea corporală la fel de firesc cum ne privim o capacitate mentală sau un talent cu care suntem înzestraţi. Oare nu ne-am putea considera cu toţii perfecţi, exact aşa cum suntem?

Abraham: Noi nu încurajăm pe nimeni să îşi considere starea actuală ca fiind „perfectă", întrucât oamenii aspiră întotdeauna către ceva mai mult. Important este să îţi găseşti întotdeauna aspecte ale activităţii curente care te fac să te simţi bine, astfel încât să te aliniezi cu perspectiva *Fiinţei tale Interioare,* care este focalizată întotdeauna asupra bunăstării tale. *Noi te încurajăm să cauţi armonia dintre gândurile **tale** referitoare la corp şi gândurile **Fiinţei tale Interioare** referitoare la acesta, şi nu să încerci să îţi aduci corpul la unison cu cele pe care le vezi în jurul tău (prin imitaţie şi prin adoptarea a tot felul de metode exterioare).*

Respingerea forțată a lucrurilor nedorite atrage și mai multe lucruri nedorite în viața mea

Abraham: Dacă vei înțelege că tu creezi într-o măsură mult mai mare prin gândurile tale decât prin acțiunile tale, îți vei putea împlini mult mai multe dorințe cu un efort mult mai mic. Mai mult, conflictele vor dispărea din viața ta, și astfel te vei distra mult mai tare. Mintea ta este oricum obișnuită să gândească în orice moment. Dacă îți vei crea o înclinație către gândurile pozitive, care te fac să te simți bine, viața ta poate lua o turnură extraordinar de plăcută.

Tu te-ai născut într-o societate care te-a avertizat împotriva multor lucruri neplăcute încă de când ai venit pe lume. De aceea, ți-ai creat în timp o platoșă defensivă. Oamenii au declanșat tot felul de războaie: „împotriva SIDA", „împotriva drogurilor" și „împotriva cancerului". Din cauza acestei psihoze colective, majoritatea oamenilor au ajuns să creadă sincer că singura cale de a obține ceea ce *își doresc* constă în a se apăra împotriva lucrurilor pe care *nu și le doresc.* De aceea, ei își focalizează cea mai mare parte a atenției lor asupra respingerii elementelor nedorite din viața lor. Dacă ar înțelege cum acționează *Legea Atracției,* ei ar renunța la această atitudine profund greșită, care nu îi face decât să atragă și mai mult în viața lor lucrurile și situațiile nedorite.

Atunci când se îmbolnăvesc, oamenii gândesc ceva de genul: „Sunt bolnav, dar nu doresc să fiu bolnav, așa că mă voi lupta cu această boală. Voi face cutare și cutare lucru,

și în cele din urmă voi învinge boala". Din păcate pentru ei, această atitudine defensivă, de autoapărare, echivalează cu o emoție negativă și nu face decât să perpetueze boala.

Focalizarea atenției asupra lipsurilor atrage și mai multe lipsuri

Abraham: Orice realitate are două fațete: cea dorită și absența celei dorite. De vreme ce toate gândurile tale sunt filtrate din perspectiva corpului tău, dacă acesta din urmă nu se simte sau nu arată așa cum ți-ai dori tu, este normal ca o mare parte din gândurile tale (un număr disproporționat de mare) să fie orientate către partea de lipsă a ecuației, și nu către adevărata ta dorință.

Dacă privești realitatea din perspectiva lipsei, tu vei atrage din ce în ce mai multe lipsuri în viața ta. Așa se explică de ce majoritatea dietelor nu funcționează. Este același cerc vicios. Tu pornești de la o perspectivă negativă: nu îți place cum arată corpul tău (din cauza surplusului de grăsime), iar când nu mai poți suporta această situație (eventual din cauza celor din jur, care te iau peste picior), tu îți spui: „Nu mai suport această situație negativă. De aceea, voi începe o dietă alimentară pentru a scăpa de tot acest surplus de grăsime pe care *nu mi-l doresc*". Din cauza acestui mod de a gândi, atenția ta rămâne focalizată asupra grăsimii pe care nu ți-o dorești, așa că tu te cramponezi practic de ea. *Singura modalitate de a schimba situația constă în a-ți focaliza întreaga atenție asupra realității dorite, nu asupra celei nedorite.*

Plantarea semințelor fricii conduce în timp la mai multă frică

Jerry: Un prieten foarte apropiat, mentorul meu în domeniul afacerilor, s-a oferit odată ca voluntar într-un experiment medical. El a declarat că deși se simte perfect, este dispus să participe la respectivul experiment pentru a-i ajuta astfel pe semenii săi, știind că foarte multe persoane de vârsta lui mureau din cauza unei anumite boli. Nu au trecut bine câteva săptămâni că am primit un mesaj de la el în care ne spunea că a fost diagnosticat cu boala respectivă. Între timp a părăsit această lume fizică. Și totuși, în toată perioada de timp cât a fost bolnav, el nu a părut să se teamă vreun pic de boală. Oare și-a creat el boala prin simplul fapt că s-a focalizat asupra ei?

Abraham: Da, el și-a focalizat atenția asupra bolii prin intenția lui nobilă de a le fi de folos semenilor săi. Acceptând să ia parte la experiment, el s-a lăsat examinat și analizat pe toate părțile, primind astfel suficienți stimuli din partea celor din jur pentru a crede că s-ar putea îmbolnăvi. El a început astfel să creadă nu doar în *posibilitatea* bolii, ci chiar în *probabilitatea* ei. *Medicii au plantat în mintea lui sămânța probabilității, după care i-au făcut tot felul de analize. În final, corpul lui a reacționat conform așteptărilor tuturor și s-a îmbolnăvit.*

Exemplul mi se pare perfect, întrucât prietenul tău nu s-a îmbolnăvit până când nu și-a focalizat *atenția* asupra bolii. Când mintea lui a devenit puternic focalizată asupra bolii, organismul lui a reacționat și s-a îmbolnăvit de respectiva boală.

Potențialul bunăstării și cel al bolii se află în permanență înlăuntrul tău. Experiența pe care o trăiești și gradul intensității sale depind numai de gândurile pentru care optezi.

Conduce atenția focalizată asupra bolii la o atragere a bolii?

Jerry: Cât de mult ne putem juca cu astfel de gânduri legate de boală? De pildă, dacă cineva se uită la televizor și vede o ofertă din partea unei clinici care se oferă să îi facă o consultație gratuită, după care își spune: „Hm, n-ar strica să accept această consultație. E drept că mă simt bine, dar de ce să nu o fac, dacă tot este gratuită?", care este probabilitatea declanșării mecanismului de care vorbești tu: al stimulării gândirii, și în cele din urmă al obținerii unui rezultat nedorit?

Abraham: Probabilitatea este de aproape 100%. Din cauza atenției excesive focalizate asupra bolilor în societatea voastră, acestea fac ravagii. Cu tot progresul vostru tehnologic, niciodată în istoria umanității nu au existat atât de mulți oameni bolnavi în stare critică. Prevalența bolilor foarte grave se explică tocmai prin focalizarea voastră excesivă asupra bolilor.

Spuneai mai devreme. „Cât de mult ne putem juca" cu aceste gânduri? Noi îți răspundem: voi sunteți foarte atenți la ceea ce consumați, la hainele cu care vă îmbrăcați și la mașinile pe care le conduceți, dar nu vă pasă aproape deloc

ce gândiți. *Noi vă încurajăm în primul rând să fiți atenți la ceea ce gândiți. Focalizați-vă întotdeauna gândurile asupra acelor subiecte care sunt în armonie cu ceea ce vă doriți cu adevărat. Gândiți-vă la bunăstare, nu la lipsa ei. Gândiți-vă la ceea ce vă doriți, nu la ceea ce nu vă doriți.*

Bolile voastre nu apar și nu sunt perpetuate numai de gândurile voastre focalizate asupra lor. Vă reamintesc în această direcție că bolile apar întotdeauna din cauza unor sentimente de vulnerabilitate și autoapărare. Cultivați întotdeauna numai acele gânduri (indiferent de subiectul lor) care corespund dorințelor voastre reale. În acest fel, vă veți afla în permanență într-o stare emoțională mai bună, care vă va asigura bunăstarea fizică de care doriți să vă bucurați.

Este atenția mea predominant focalizată asupra bunăstării mele?

Jerry: O altă prietenă foarte apropiată și-a construit recent o cameră nouă pentru ca soacra ei, a cărei sănătate s-a deteriorat mult în ultima vreme, să poată veni să locuiască cu ea. Bătrâna nu vorbea decât de un singur lucru: cât de rău se simțea, cât de fragilă era starea ei de sănătate, cât de nefericită era viața ei, cât de grea a fost cutare sau cutare operație etc.

La un moment dat, la prietena mea a venit în vizită și mama ei, o femeie în vârstă de 85 de ani, care nu a fost internată niciodată în spital. După numai o săptămână de stat în casă cu cealaltă bătrână – care nu vorbea decât de bolile

ei – starea de sănătate a mamei prietenei mele s-a deteriorat dramatic. Ea a fost spitalizată, şi în cele din urmă internată într-un azil. Se poate deteriora starea de sănătate a unei persoane atât de dramatic după numai câteva zile petrecute în compania unei alte persoane cu o influenţă negativă?

Abraham: Fiecare om conţine în sine potenţialul de a fi bolnav sau de a se bucura de bunăstare. Focalizarea asupra unui gând atrage întotdeauna după sine manifestarea esenţei acestuia. Gândurile omului sunt foarte puternice.

Deşi acest lucru nu este deloc necesar, majoritatea oamenilor care au atins vârste înaintate (de pildă, 85 de ani) resimt deja influenţe negative puternice din partea corpului lor fizic. Nici nu-i de mirare, întrucât ei sunt bombardaţi zilnic cu gânduri referitoare la deteriorarea stării lor de sănătate: necesitatea de a cumpăra asigurări de sănătate, de a-şi asigura înmormântarea, de a-şi face testamentul pentru a se pregăti astfel pentru moarte etc. De aceea, noi nu credem că această femeie a fost influenţată negativ exclusiv de cealaltă femeie din casă.

Este însă posibil ca intensitatea conversaţiei celeilalte femei şi reacţiile pe care le-a observat din partea oamenilor din jurul ei să îi fi declanşat subit un impuls care i-a dezechilibrat complet gândurile, astfel încât simptomele negative să iasă imediat la suprafaţă. Cu siguranţă însă, ea însăşi nu credea cu convingere în stabilitatea propriei ei longevităţi, dacă acest lucru a fost posibil. De îndată ce şi-a focalizat atenţia asupra noilor simptome, acestea s-au amplificat şi mai rapid, inclusiv pe fundalul mediului negativ în care se afla.

Atunci când cineva din afară te influenţează, stimulându-ţi mintea astfel încât gândurile tale să se focalizeze

predominant asupra bolii, și nu asupra bunăstării, asupra vulnerabilității, autoapărării și chiar mâniei – celulele organismului tău reacționează la noua balanță a gândurilor tale. În astfel de condiții, este foarte posibil ca acest proces negativ să se declanșeze în numai câteva săptămâni, sau chiar zile (ba chiar ore). *Experiența oricărui om este rezultatul gândurilor sale. Nu există nicio excepție de la această regulă.*

Experiența fizică a altor persoane nu trebuie neapărat să devină propria mea experiență

Abraham: Dacă vezi în jur *dovezi fizice* care susțin o anumită opinie, acestea ți se par chiar mai reale decât un *gând.* Mulți oameni ne spun: „Abraham, vorbim de o realitate, nu de un simplu gând", ca și cum *realitatea* ar fi diferită de *gânduri.* În această direcție, dorim să-ți aducem aminte că universul nu face nicio distincție între gândurile tale referitoare la realitatea curentă și cele referitoare la o realitate imaginară. Universul și *Legea Atracției* nu fac decât să răspundă gândurilor tale, fie ele reale sau imaginare, curente sau simple amintiri. *Dovezile concrete pe care le vezi în jur nu înseamnă altceva decât manifestări ale gândurilor altor oameni. Nu are niciun rost să te sperii sau să te simți vulnerabil din cauza realității create de alți oameni prin gândurile lor.*

Nu există realitate care să nu poată fi modificată. Nu există boală care să nu poată fi vindecată, indiferent de

gravitatea ei și de gradul degenerării pe care a produs-o. Singurul lucru care contează este să înțelegi ***Legea Atracției,*** *mecanismul ghidării cu ajutorul emoțiilor și necesitatea de a-ți focaliza gândurile asupra acelor lucruri care te fac să te simți bine. Dacă vei înțelege că organismul tău reacționează la gândurile tale și dacă îți vei focaliza aceste gânduri asupra realității pe care ți-o dorești, nu ai cum să te îmbolnăvești.*

Cum pot influența tot ceea ce mi se întâmplă pentru a-mi menține starea de sănătate?

Jerry: În acest caz, care este cel mai bun lucru pe care îl putem face pentru a ne menține sau pentru a redobândi o stare perfectă de sănătate, și ce putem face pentru a-i influența pe cei din jur în această direcție?

Abraham: Procesul prin care îți poți redobândi o stare de sănătate perfectă nu diferă cu nimic de cel prin care îți poți menține această stare: *tot ce trebuie să faci este să te focalizezi asupra gândurilor care te fac să te simți bine.* Singura diferență majoră între cele două procese constă în faptul că este mult mai ușor să emiți gânduri care te fac să te simți bine atunci când chiar te simți bine decât atunci când te simți rău. De aceea, *menținerea* stării de sănătate este mult mai ușoară decât *redobândirea* ei. *Cea mai sigură cale de a-i influența pe cei din jur în această direcție constă în a le da un exemplu pozitiv prin propria ta atitudine. Invers,*

cea mai rapidă cale de a-i influența pe cei din jur într-o direcție negativă constă în a te îmbolnăvi tu însuți.

Noi înțelegem cât de dificilă li se pare celor bolnavi ideea de a se focaliza asupra unor gânduri care îi fac să se simtă bine. Pe de altă parte, le promitem solemn că dacă vor face acest efort, îmbunătățindu-și modul de a gândi, efectele în planul fizic se vor simți aproape imediat.

Mă voi relaxa și voi adormi în brațele bunăstării

Abraham: Starea naturală a omului este Bunăstarea absolută. Nimeni nu ar trebui să *se lupte* cu boala. Dimpotrivă, oamenii ar trebui să *se relaxeze* în brațele bunăstării. Seara, înainte de culcare, așează-te în pat și bucură-te de confortul pe care ți-l oferă el. Întinde-te în voie. Bucură-te de moliciunea pernei, de senzațiile tactile pe care ți le oferă așternuturile. Focalizează-ți atenția asupra acelor lucruri care te fac să te simți bine. În fiecare clipă în care reușești acest lucru, tu întrerupi circuitul de alimentare a bolii. *În fiecare clipă în care te gândești la ceva care te face să te simți bine, tu oprești evoluția bolii. Invers, în fiecare clipă în care te gândești la boală, tu mai pui puțin gaz pe foc, ca să spunem așa.*

De pildă, dacă ești capabil să te gândești timp de cinci secunde la un subiect care te face să te simți bine, în aceste cinci secunde tu ai întrerupt alimentarea cu energie a bolii. Dacă poți prelungi acest proces la zece secunde, boala va

fi privată de energie timp de zece secunde. Dacă te gândești la astfel de subiecte care te fac să te simți bine și la faptul că bunăstarea este starea ta naturală, *tu începi să îți alimentezi energetic propria bunăstare / vindecare.*

Indică emoțiile negative existența unor gânduri nesănătoase?

Abraham: Orice gând referitor la boală provoacă o emoție negativă violentă, lucru perfect explicabil, întrucât acest gen de gânduri sunt într-o dizarmonie flagrantă cu cunoașterea superioară a *celui-care-ești-cu-adevărat.* Emoția negativă pe care o simți, manifestată printr-o stare de *îngrijorare,* de *teamă* sau de *mânie,* arată dincolo de orice tăgadă că gândul tău reprezintă un blocaj puternic în calea fluxului natural de energie dintre tine și *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Senzația de bunăstare nu poate apărea decât dacă permiți curgerea liberă a fluxului de energie Non-Fizică ce provine de la *Ființa ta Interioară.* Astfel, ori de câte ori emiți un gând de genul: *„Mă simt bine", „Mă vindec"* sau *„Starea mea naturală este bunăstarea",* aceste gânduri vibrează pe o frecvență aflată în armonie cu cunoașterea *Ființei tale Interioare* și permit curgerea liberă a energiei care provine de la aceasta.

Toate gândurile vibrează pe o anumită frecvență. Dacă îți vei focaliza gândurile asupra unor subiecte care te fac să te simți bine, tu vei atrage noi și noi gânduri pe aceeași

frecvență de vibrație... până când propria ta frecvență se va ridica suficient de mult pentru a-i permite ***Ființei tale Interioare*** *să te învăluie în întregime. Vei experimenta astfel o senzație de bunăstare, iar organismul tău fizic va reacționa foarte rapid la această stare de spirit. Acest lucru este absolut garantat. Dacă reușești să îți înalți frecvența de vibrație prin gândurile tale, te poți aștepta din clipă în clipă să experimentezi noile simptome ale vindecării. Acest lucru este* ***Lege.***

În ce măsură îmi pot controla propriul corp?

Jerry: Titlul acestei secțiuni este: „Noi perspective asupra sănătății, greutății corporale și minții": *cum pot ajunge la această stare de spirit și cum mi-o pot menține?* Există un număr enorm de mare de oameni care sunt îngrijorați în ce privește greutatea lor corporală și sănătatea lor fizică și mentală. De altfel, nici nu-i de mirare, dată fiind focalizarea lor asupra simptomelor neplăcute pe care le experimentează.

Pe vremea când eram copil, am avut norocul de a realiza că eu sunt cel care își controlează propriul corp. Îmi amintesc că la vârsta de nouă ani m-am dus la un carnaval și am văzut doi luptători profesioniști care le adresau provocări tuturor celor de față. Altfel spus, oricare fermier putea plăti o taxă pentru a intra în ringul de box și pentru a lupta cu unul din ei. Dacă ar fi câștigat, el ar fi primit o sumă de bani. Niciun fermier nu a câștigat însă vreodată...

Îmi amintesc că stăteam într-un cort luminat de lămpi cu gaz, privind sudoarea care curgea pe spatele luptătorilor

profesioniști. Eram absolut fascinat de frumusețea mușchilor puternici care înconjurau coloana lor vertebrală, în timp ce propria mea coloană era zimțată și nu avea deloc mușchi în jur. Mi-a făcut o mare plăcere să observ în acea zi acea musculatură superbă a spatelui. După numai opt ani, mușchii spatelui meu au ajuns să arate la fel ca cei ai acelor luptători profesioniști. Pornind de la acea experiență, mi-am dat practic seama că eu îmi pot crea propriul corp fizic.

Datorită bolilor de care am suferit pe vremea când eram copil, am învățat că îmi pot *controla* propria stare de sănătate. Am fost de câteva ori la medic, dar diagnosticele și metodele lor de tratament s-au dovedit de cele mai multe ori greșite. De aceea, nu mi-a luat mult timp să înțeleg că cel mai bine este să mă feresc de doctori, întrucât este aproape imposibil să găsești vreunul pe care să te poți baza. Ori de câte ori am apelat la un medic, acesta nu m-a putut ajuta cu nimic. De aceea, am luat decizia să îmi văd singur de sănătate.

Chiar și așa, încă mă mai gândesc uneori la sănătatea mea viitoare, făcându-mi griji. Ce pot face pentru a-mi menține această stare perfectă de sănătate fizică și mentală, inclusiv greutatea corporală pe care mi-o doresc? Deocamdată sunt foarte mulțumit, dar nu pot să nu mă întreb uneori: *„Voi fi întotdeauna la fel de mulțumit?"* De aceea, te rog să dezvolți acest subiect care interesează pe foarte mulți oameni.

Abraham: Noi apreciem cuvintele prin care ți-ai formulat întrebarea. Într-adevăr, corpul și mintea ta sunt întotdeauna conectate. *Corpul tău răspunde încontinuu gândurilor tale. De fapt, acesta este singurul factor de care*

ține seama. Corpul tău este cea mai bună reflexie a gândurilor tale. Niciun factor exterior nu poate influența corpul, cu excepția gândurilor. Este foarte bine că ai ajuns încă de la o vârstă fragedă la concluzia că deții un anumit control asupra corpului tău.

Dacă devii conștient de corelația absolută care există între gândurile tale și realitatea pe care o experimentezi, tu îți poți controla experiențele de viață în orice circumstanțe. Singurul lucru pe care trebuie să îl faci pentru a te bucura de ceea ce îți dorești (și nu de ceea ce *nu* îți dorești) este să recunoști că deții acest control și să te focalizezi în mod deliberat asupra realității pe care dorești să o experimentezi.

Gândurile asociate cu declinul te fac întotdeauna să te simți rău, întrucât nimeni nu își dorește declinul. De aceea, folosește-te de Scala ta de Ghidare și alege numai acele gânduri care te fac să te simți bine. Dacă vei proceda în acest fel, nu va mai trebui să-ți faci griji în legătură cu ziua de mâine. Totul depinde de o singură decizie a ta, pe care o poți lua oricând dorești: *„Sunt conștient că eu dețin controlul absolut asupra corpului meu fizic. Sunt conștient că* ***eu sunt rezultatul gândurilor mele****".*

În ziua în care te-ai născut, tu știai perfect (și vorbim acum de o *cunoaștere profundă,* nu de o *speranță* sau de o *dorință)* că fundamentul tău este libertatea absolută, că singurul factor care te motivează este bucuria și că rezultatul experiențelor tale de viață va fi creșterea interioară. În acea zi, tu știai că ești perfect, dar te aflai în căutarea unei perfecțiuni încă și mai mari.

Ne putem noi schimba în mod conştient oasele şi muşchii?

Jerry: În acei ani din copilăria mea, eu mi-am cultivat în mod conştient muşchii corpului, întrucât mi-am propus acest lucru. Mă întreb însă în ce măsură putem face noi acelaşi lucru şi în privinţa oaselor noastre...

Abraham: Acest lucru nu numai că este posibil, dar mecanismul este exact acelaşi. Singura diferenţă constă în faptul că gândurile şi convingerile trebuie să se focalizeze asupra oaselor, nu asupra muşchilor.

Jerry: Este foarte adevărat. Eu am văzut în acel moment din copilăria mea un bărbat cu o musculatură foarte dezvoltată şi mi-am dorit să arăt şi eu la fel ca el. Dat fiind că mulţi oameni îşi cultivau musculatura, am crezut cu tărie că pot face şi eu acelaşi lucru. Pe de altă parte, nimeni nu a văzut vreodată pe cineva schimbându-şi calitatea oaselor.

Abraham: Principalul motiv pentru care multe lucruri nu se schimbă mai rapid în societatea voastră modernă este acela că majoritatea oamenilor îşi focalizează atenţia exclusiv asupra *realităţii curente.* Dacă doreşti o schimbare, trebuie să priveşti dincolo de această realitate.

Nevoia de a vedea cu ochii tăi ceva pentru a-ţi forma o convingere îţi încetineşte enorm performanţele creatoare. Ea înseamnă că trebuie să aştepţi ca o altă persoană să creeze realitatea dorită de tine înaintea ta, pentru a putea crede în ea. Dacă vei înţelege că ***universul*** *şi* ***Legea Atracţiei*** *reacţionează la fel de rapid în faţa unei realităţi imaginare ca şi în faţa celei curente, tu îţi poţi crea realitatea dorită*

fără să mai fii nevoit să aștepți ca ea să fie creată mai întâi de altcineva.

Jerry: Cu alte cuvinte, trebuie să fii un „pionier" în domeniul care te interesează – cel dintâi care realizează ceva.

Abraham: Noutatea absolută presupune o anumită viziune și o așteptare pozitivă, dar niciun alt rezultat nu îți poate transmite o bucurie la fel de mare. Să îți dorești ceva și să nu ai nicio îndoială că îți vei îndeplini dorința reprezintă cea mai satisfăcătoare experiență din câte există. Nu la fel de satisfăcătoare este însă dorința care nu este dublată de convingerea că ți-o poți îndeplini. Dacă nu te gândești decât la ceea ce îți dorești, fără să mai treci prin procesul contradictoriu al îndoielilor și al neîncrederii, răspunsul universului vine foarte rapid, iar în timp vei începe să devii conștient de puterea enormă a gândurilor tale. Ce-i drept, acest tip de gândire „pură" necesită foarte multă practică, inclusiv inversarea raportului dintre timpul alocat contemplării realității curente și cel alocat vizualizării experienței pe care ți-o dorești. Dacă dorești să îți spui o nouă poveste, îmbunătățită, referitoare la experiența ta fizică, tu trebuie să îți aloci un anumit timp pentru a te gândi și pentru a vorbi despre experiența pe care dorești să o trăiești.

Cea mai puternică tehnică pe care o poți aplica – tehnică ce te poate conduce către rezultate infinit mai măreț decât orice acțiune – constă în a-ți aloca zilnic un anumit interval de timp pentru a vizualiza viața pe care dorești să o trăiești. În acest scop, sfatul nostru este să te retragi într-un loc izolat și liniștit timp de 15 minute în fiecare zi, să închizi ochii și să îți imaginezi corpul tău, mediul în care trăiești,

relațiile tale și viața ta în ansamblul ei exact așa cum ți le dorești.

Ceea ce s-a întâmplat ***până acum*** *nu are nimic de-a face cu ceea ce se va întâmpla* ***în continuare****, la fel cum experiența* ***altor persoane*** *nu are nimic de-a face cu experiența* ***ta****... Important este să găsești o modalitate prin care să te separi de trecut și de ceilalți oameni, astfel încât să poți fi cel care dorești* ***tu*** *să fii.*

Ce se întâmplă atunci când o dorință personală nu corespunde convingerii personale?

Jerry: Oamenii aleargă de mii de ani, dar nimeni nu a reușit să alerge pe distanța de o milă într-un interval de timp mai mic de patru minute. A fost suficient însă ca un singur om, Roger Bannister, să facă acest lucru, pentru ca tot mai mulți oameni să devină capabili să alerge pe această distanță în mai puțin de patru minute.

Abraham: Atunci când cineva nu se lasă împiedicat de ideea că nimeni nu a mai reușit un anumit lucru până la el și reușește să îl facă, el le este de mare folos celor din jur. Văzând că lucrul respectiv este posibil, aceștia încep să *creadă* în el și să *se aștepte* să îl realizeze la rândul lor. De aceea, orice realizare a ta este de folos societății în care trăiești.

În acest fel, viața continuă să avanseze și devine din ce în ce mai bună pentru toată lumea. Important este să crezi

înainte de a vedea cu ochii. De fapt, lucrurile se petrec invers: dacă vei crede, vei ajunge să vezi realitatea în care crezi cu ochii tăi. Orice idee pe care o cultivi în mintea ta până când începe să ți se pară naturală va genera mai devreme sau mai târziu rezultate concrete. *Legea Atracției* garantează acest lucru.

Dacă vei înțelege că nu trebuie să aștepți ca altcineva să facă primul un anumit lucru pentru a-ți demonstra că acesta este posibil, vei simți o eliberare interioară fantastică. Dacă vei cultiva altfel de gânduri, care îți transmit emoții mai bune, universul se va grăbi să îți îndeplinească aceste gânduri și tu vei simți cât de mare este adevărata ta putere. *Chiar dacă altcineva ți-ar spune că suferi de o boală incurabilă, tu i-ai putea răspunde cu toată încrederea: „Eu singur voi decide ce experiență doresc să trăiesc, căci eu singur sunt creatorul experiențelor mele". Dacă dorința ta este suficient de puternică, ea poate anihila orice convingere negativă, iar procesul de vindecare poate începe pe loc.*

Așa se explică de pildă acele povești în care mama ridică o greutate ce îi depășește cu mult puterile pentru a-și salva copilul prins sub ea. În condiții normale, ea nu ar putea ridica această greutate, dar din cauza dorinței ei ieșite din comun, convingerile sale obișnuite devin irelevante pentru moment. Dacă ai întreba-o: „*Crezi* că poți ridica acest obiect?", ea ți-ar răspunde: „Sigur că nu! Nu îmi pot ridica nici măcar geamantanul când este plin". *Convingerea* nu are însă nimic de-a face cu *dorința* ei de a-și salva copilul. De aceea, ea reușește ceea ce nu ar putea face în condiții normale.

Dar ce se întâmplă dacă eu cred în pericolul microorganismelor?

Jerry: Eu îmi doresc sincer să fiu sănătos, dar cred totuși că pot lua anumiți microbi. De aceea, ori de câte ori fac cuiva o vizită la spital, eu îmi reţin respiraţia atunci când merg pe coridoarele acestuia, ca să evit microorganismele.

Abraham: Probabil că vizitele tale sunt foarte scurte... (Amuzament general)

Jerry: Da, sunt cât se poate de scurte. Mai mult, stau tot timpul la fereastră, ca să respir cât mai mult aer curat. Deci, dacă am convingerea că pot evita microbii reţinându-mi respiraţia, mă va împiedica această convingere să mă îmbolnăvesc?

Abraham: Într-o manieră destul de bizară, tu îţi menţii cât de cât echilibrul energetic. *Îţi doreşti* să fii sănătos, dar *crezi* că microbii te-ar putea îmbolnăvi; în schimb, *crezi* că prin reţinerea respiraţiei tu poţi împiedica aceşti microbi să te îmbolnăvească. În acest fel ciudat, tu reuşeşti să ajungi la un echilibru care funcţionează în cazul tău. Din păcate, tu mergi pe calea cea grea, nu pe cărarea uşoară.

Dacă ţi-ai asculta cu adevărat *Sistemul de Ghidare,* nu ai intra deloc într-un mediu în care crezi că există microorganisme care ţi-ar putea afecta starea de sănătate (potrivit unei alte convingeri de-a ta). Teama pe care o simţi atunci când intri într-un spital arată că eşti pe punctul de a face o acţiune înainte de a fi atins starea de armonie energetică. Alternativa ar fi să nu mergi deloc la spital, dar în acest caz te-ai simţi rău, ştiind că prietenul tău bolnav s-ar

bucura să primească o vizită. De aceea, tu cauți o cale de a-ți vizita prietenul fără a te simți amenințat. Asta înseamnă să te aliniezi din punct de vedere energetic *înainte* de a trece la fapte (în cazul de față, *înainte* de a te duce la spital). În timp, tu ți-ai putea cultiva într-o măsură atât de mare *convingerea* în propria bunăstare, iar *dorința* ta de a te bucura de ea ar putea deveni atât de intensă, încât ai putea intra în orice mediu fără a te simți amenințat în vreun fel.

Dacă ai fi cu adevărat aliniat cu vibrația *celui-care-ești-cu-adevărat* și dacă ți-ai asculta *Sistemul de Ghidare,* tu nu ai intra niciodată într-un mediu în care bunăstarea ta ar putea fi pusă în pericol. Din păcate, foarte mulți oameni își ignoră *Sistemul de Ghidare* din dorința de a le face pe plac celor din jur. De altfel, dacă doi oameni ar intra în același spital, primul fără să se teamă deloc, iar celălalt speriat de moarte că s-ar putea îmbolnăvi din cauza microbilor, cel de-al doilea are toate șansele să se îmbolnăvească, dar nu din cauza microbilor, ci din cauza propriei sale relații energetice cu propria bunăstare.

Noi nu încercăm să îți schimbăm în vreun fel convingerile, întrucât nu le considerăm greșite în vreun fel. Dorința noastră este doar de a te ajuta să înțelegi că trebuie să devii conștient de ***Sistemul tău Emoțional de Ghidare,*** *astfel încât să ajungi la un echilibru energetic între* ***dorințele*** *și* ***convingerile*** *tale. A face „ceea ce trebuie" înseamnă a face acea acțiune care este în armonie cu intenția și cu convingerile tale curente.*

Jerry: Deci nu este nimic rău în a merge pe „calea lașului"?

Abraham: Prea mulți oameni își ignoră propriul *Sistem de Ghidare* pentru a le face pe plac celor din jur. Dacă ai îndrăzneala să îți faci ție însuți pe plac, în detrimentul lor, se vor găsi întotdeauna oameni care să te facă „egoist" sau „laș". Ei nu-și dau seama de propria ipocrizie și te numesc „egoist" pentru simplul motiv că nu ești dispus să le respecți „egoismul" *lor.*

Unii ne acuză chiar pe noi că le predicăm oamenilor *egoismul.* De altfel, noi recunoaștem că acest lucru este adevărat, căci cine nu este suficient de egoist pentru a-și alinia propria vibrație cu Sursa sa *(cel-care-este-el-cu-adevărat),* nu are nimic de oferit celor din jur. Dacă cineva te face „egoist" sau „laș", este evident că propria lui vibrație este dezechilibrată, iar modificarea comportamentului tău nu va schimba cu nimic acest lucru.

Cu cât te gândești și vorbești mai mult de bunăstarea ta fizică, cu atât mai solide vor deveni tiparele tale mentale referitoare la bunăstare, și cu atât mai mult te va înconjura *Legea Atracției* de situații care îți vor întări și mai mult aceste convingeri. *Cu cât îți vei spune mai des propria ta poveste legată de bunăstare, cu atât mai puțin vulnerabil te vei simți. În acest fel, punctul tău de atracție se va schimba și tu vei atrage noi situații în viața ta, fiind perfect pregătit pentru ele.*

Eu sunt călăuzit *către* ceea ce îmi place *cu adevărat*

Abraham: Singura cale prin care poți ajunge la viața pe care ți-o dorești este aceea a minimei rezistențe, respectiv

a acceptării: acceptă conexiunea ta cu Sursa ta, cu *Ființa ta Interioară,* cu *cel-care-ești-cu-adevărat* și cu tot ceea ce îți dorești. Această stare de acceptare îți va fi indicată de emoțiile tale pozitive. Dacă vei accepta ca principală prioritate propria ta bunăstare, ori de câte ori vei avea un dialog interior (sau exterior) care nu va fi în armonie cu starea de sănătate pe care ți-o dorești, tu te vei simți automat rău, iar acest lucru îți va indica rezistența pe care o opui. În acest fel, îți vei putea schimba gândurile și vei putea regăsi calea cea dreaptă.

Ori de câte ori simți o emoție negativă, *Sistemul tău de Ghidare* te avertizează că în acel moment cultivi un gând care blochează fluxul bunăstării tale interioare, pe care nu o mai poți simți plenar. Este ca și cum *Sistemul tău de Ghidare* ți-ar spune: *„Hei, iar ai luat-o pe alături... Această emoție negativă arată că ești pe punctul de a atrage o realitate pe care nu ți-o dorești".*

Foarte mulți oameni își ignoră *Sistemul de Ghidare,* tolerând emoțiile lor negative. Din păcate, prin acest comportament ei ignoră inclusiv beneficiile de care ar putea avea parte dacă s-ar lăsa ghidați de eul lor superior. Dacă viața te-a ajutat să identifici o situație pe care ți-o dorești, nu vei mai putea privi niciodată absența acesteia sau opusul ei fără a simți o emoție negativă. Dacă în ființa ta s-a născut o dorință reală, tu trebuie să o privești în față dacă dorești să te simți bine. Explicația este cât se poate de simplă: *tu nu te mai poți mulțumi niciodată cu o situație inferioară celei către care dorește să te conducă viața.* Dacă ai apucat să îți identifici dorința de a trăi în bunăstare sau de a te bucura

de sănătate, tu nu vei mai putea suporta niciodată absența acestor stări fără a simți o emoție negativă.

Ori de câte ori simți o emoție negativă, oprește-te din activitatea ta curentă și pune-ți întrebarea: „Ce anume îmi doresc?" Prin această refocalizare a atenției către ceea ce îți dorești, emoția negativă va fi înlocuită cu opusul ei, iar atracția negativă va fi înlocuită cu una pozitivă. Și astfel, te vei trezi din nou pe calea cea dreaptă.

Mai întâi de toate, trebuie să doresc eu însumi să îmi fac pe plac

Abraham: Dacă ai cultivat o vreme un anumit mod de a gândi, nu este deloc ușor să îți schimbi subit cursul gândurilor, întrucât *Legea Atracției* îți furnizează în permanență gânduri similare cu actualul tău flux mental. Mulți oameni aflați în această situație simt nevoia să își apere punctul de vedere în fața celor care nu sunt de acord cu ei (pentru că au un alt mod de a gândi, mai pozitiv). *Încercarea de a-ți apăra sau de a-ți justifica propriile opinii negative nu face decât să amplifice și mai mult starea de rezistență (blocaj) în care te afli. Motivul pentru care cei mai mulți dintre oameni procedează astfel este acela că li se pare mai important să „aibă dreptate" decât să se simtă bine!*

Dacă ai de-a face cu o persoană hotărâtă să te convingă cu orice preț că are dreptate și care încearcă să te atragă într-o conversație negativă în speranța că te va convinge, se întâmplă uneori ca ea să te considere „nepăsător" sau „lipsit

de inimă" dacă refuzi să îi accepți punctul de vedere. Dacă faci însă greșeala să renunți la propria ta bunăstare (rezultată din armonizarea gândurilor tale cu cele ale *Ființei tale Interioare)* numai pentru a-i face pe plac unui prieten negativist care dorește să își deșarte în capul tău propriile gunoaie, prețul pe care îl vei plăti va fi foarte mare, și oricum nu îți vei ajuta prietenul cu nimic. Nodul pe care îl simți în stomac într-o astfel de situație nu reprezintă altceva decât avertismentul *Sistemului tău de Ghidare: „Acest comportament și această conversație nu este în armonie cu ceea ce îți dorești cu adevărat"*. Dacă nu îți respecți propria bunăstare interioară, riști să fii înghițit cu totul de negativitatea din jur.

Există un moment potrivit pentru a muri?

Jerry: Există vreo limită de vârstă până la care ne putem controla starea de sănătate, pe măsură ce ne apropiem de vârsta de 100 de ani?

Abraham: Singurele limite sunt cele impuse de sistemul tău de gândire limitat. Aceste limite sunt însă întotdeauna autoimpuse.

Jerry: Există un moment oportun pentru a muri, și dacă da, care este acesta?

Abraham: Conștiința nu poate muri vreodată. De aceea, nu putem vorbi cu adevărat de „moarte". Ce-i drept, există un moment în care Conștiința nu mai simte nevoia să se manifeste prin acest corp fizic cu care te identifici *tu*.

Nu depinde decât de tine când dorești să te retragi din acest corp fizic. Dacă ai învățat să te focalizezi asupra unor subiecte care te fac să te simți bine și dacă mediul în care trăiești continuă să ți se pară atractiv și interesant, nu există practic nicio limită de timp pentru a rămâne în actualul corp fizic. Dacă îți focalizezi însă gândurile asupra unor aspecte negative ale vieții, blocându-ți astfel fluxul liber al energiei care provine de la Sursa ta energetică, tu îți scurtezi singur experiența fizică, întrucât organismul tău nu se poate susține pe termen lung fără energia provenită de la această Sursă. *Emoțiile negative reprezintă cel mai bun semnal că ți-ai blocat singur aprovizionarea cu energie de la Sursă. Cu cât vei fi mai fericit, cu atât mai mult vei trăi.*

Este orice moarte o formă de sinucidere?

Jerry: Altfel spus, orice moarte reprezintă o formă de „sinucidere"?

Abraham: Este și acesta un mod de a privi lucrurile. De vreme ce toate experiențele omului apar ca urmare a gândurilor lui, întrucât nimeni altcineva nu poate gândi pentru el și nu îi poate oferi propriile sale vibrații, rezultă că toate aceste experiențe sunt autoimpuse, inclusiv aceea pe care voi o numiți „moarte". *Într-o exprimare mai elegantă: majoritatea oamenilor nu iau decizia de a muri, dar nu se hotărăsc să continue să trăiască.*

Jerry: Dar ce părere ai despre cei care *chiar se decid* să moară și care comit ceea ce noi numim *o sinucidere*?

Abraham: Nu contează dacă gândul asupra căruia te concentrezi este deliberat sau întâmplător, fiind provocat de pildă de observarea unui aspect exterior. Important este că te gândești la lucrul respectiv și că emani o anumită vibrație. Acest lucru este suficient pentru a atrage către tine un rezultat corespondent. Tu îți creezi întotdeauna propria realitate, indiferent dacă o faci într-o manieră conștientă sau nu.

Există oameni care încearcă să îți controleze comportamentul, ba chiar și experiențele personale, din diferite motive. Frustrarea lor este foarte mare, întrucât este imposibil să controlezi pe altcineva și orice astfel de încercare nu reprezintă altceva decât un efort irosit. De aceea, mulți oameni sunt deranjați de ideea ca cineva să părăsească acest plan al experiențelor fizice prin „sinucidere". Este important însă să înțelegi că nimeni nu poate înceta vreodată să mai existe, indiferent dacă părăsește acest plan printr-o „sinucidere" deliberată sau printr-o moarte pe care nu și-a propus-o în mod deliberat. Oricare ar fi calea aleasă de el, Ființa sa Eternă va continua să existe și să privească cu iubire și cu apreciere experiența fizică pe care tocmai a încheiat-o.

Există oameni care acumulează atât de multă ură în timpul experienței lor fizice încât se îndepărtează dramatic de Sursa lor și de bunăstarea specifică acesteia, fapt care le provoacă moartea. Alți oameni pur și simplu nu mai găsesc motive serioase pentru a rămâne în acest plan, focalizându-și atenția asupra lumii Non-Fizice (fapt care le provoacă moartea). Există și unii oameni care nu au reușit să înțeleagă jocul energiilor, al gândurilor și rolul alinierii. Ei își doresc cu disperare să se simtă bine, dar sunt incapabili să scape

de durerea în care s-au cantonat atât de multă vreme. De aceea, ei optează pentru a se întoarce în mod deliberat în lumea Non-Fizică. Oricare ar fi situația, voi rămâneți de-a pururi Ființe Eterne, iar atunci când vă veți întoarce în realitatea Non-Fizică, vă veți regenera și vă veți realinia în totalitate cu *cei-care-sunteți-cu-adevărat*.

Jerry: Altfel spus, putem noi alege, într-o măsură mai mare sau mai mică, cât timp putem trăi în fiecare viață?

Abraham: Tu te-ai născut în această viață cu scopul de a trăi plenar, într-o stare de fericire. Ori de câte ori îți ignori *Scala de Ghidare* și continui să emiți gânduri care întrerup legătura ta cu Sursa, tu blochezi fluxul regenerator al energiei Acesteia, în absența căreia te ofilești.

Există vreun proces prin care îți poți controla greutatea corporală?

Jerry: Ce le-ai recomanda celor care doresc să își controleze greutatea corporală?

Abraham: Există numeroase convingeri legate de acest subiect. Oamenii încearcă diferite metode de slăbire, dar foarte puțini cunosc un succes de durată. De aceea, ei ajung la *convingerea* că nu își pot controla greutatea corporală (motiv pentru care nici nu reușesc să și-o controleze).

Sfatul nostru este să îți vizualizezi corpul așa cum ți-l dorești, atrăgând în acest fel materializarea acestei viziuni. Dacă vei reuși să îți contempli neabătut corpul pe care ți-l dorești, fără să ții cont de părerile celorlalți, în viața ta vor

apărea rapid circumstanțe și evenimente care te vor conduce către rezultatul dorit. Altfel spus, vei fi *inspirat* să urmezi calea cea mai potrivită pentru reglarea greutății tale corporale.

Dacă te simți gras, nu ai cum să atragi suplețea. Dacă te simți sărac, nu ai cum să atragi prosperitatea. Starea existențială pe care *o simți* reprezintă punctul tău de atracție. Așa se explică popularul proverb: „Binele trage la bine, iar răul la rău".

Dacă ai o părere foarte negativă în legătură cu un anumit subiect, nu încerca să rezolvi imediat problema, trecând la fapte, căci atenția ta focalizată asupra problemei nu va face decât să o înrăutățească și mai tare. Începe întotdeauna prin a-ți distrage gândurile de la subiectul respectiv, până când ajungi să te simți mai bine. Abia apoi treci la fapte, din această perspectivă pozitivă.

Jerry: Așa se explică de ce slăbesc masiv oamenii atunci când trec la o dietă severă, după care pun rapid la loc kilogramele date jos? Ei au o *dorință* puternică de a slăbi, dar nu și *credința* necesară pentru a se vizualiza în această ipostază de persoană suplă, motiv pentru care revin la imaginea persoanei grase?

Abraham: Ei *își doresc* mâncarea, dar *sunt convinși* că aceasta îi îngrașă. Din cauza acestei *convingeri* negative într-o realitate pe care *nu* și-o doresc, ei creează această realitate. De aceea, dietele severe reprezintă calea cea grea de a slăbi. Motivul real pentru care ei se îngrașă la loc atât de rapid este că nu reușesc să își susțină imaginea legată de sine pe care și-o doresc. Chiar dacă slăbesc, ei continuă să se simtă grași. Se gândesc la ei înșiși ca la niște oameni grași și

continuă astfel să susțină această imagine de sine... Corpul răspunde întotdeauna la imaginea de sine pe care o susține mintea. De aceea, un om care se consideră sănătos își poate redobândi sănătatea chiar dacă este bolnav. Dacă el se consideră suplu sau având o formă anumită (mai musculoasă, de pildă), corpul său se va adapta rapid la imaginea respectivă.

Îmi pot urma dorințele care mă fac fericit inclusiv în privința alimentației?

Abraham: Unii oameni protestează spunând că dacă ar urma sfatul nostru și ar căuta numai acele lucruri care îi fac să se simtă bine, ei ar mânca tot felul de alimente care le-ar face rău sănătății și le-ar modifica greutatea corporală. Este foarte adevărat că oamenii se folosesc adeseori de mâncare pentru a-și umple golul interior atunci când nu se simt bine. Dacă un om și-ar cultiva însă mai mult timp echilibrul energetic și ar învăța să își controleze gândurile, dându-le o orientare pozitivă, el nu ar mai putea consuma niciun aliment care ar putea avea un efect negativ asupra bunăstării sale interioare fără să simtă o emoție negativă care l-ar avertiza în această direcție. *Nu se recomandă niciodată să urmezi o acțiune care îți transmite o stare emoțională negativă. Orice emoție negativă reflectă un dezechilibru energetic. De aceea, orice acțiune la care iei parte în timp ce trăiești o stare emoțională negativă va avea rezultate negative.*

În realitate, emoțiile negative nu apar deoarece un aliment sau altul se opune bunăstării persoanei, ci datorită gândurilor sale contradictorii. Doi oameni diferiți pot mânca exact aceleași alimente și pot urma exact aceleași exerciții fizice, obținând rezultate complet opuse. Acest lucru arată că ecuația este mult mai complicată decât simpla absorbție și ardere a unor calorii. *Rezultatele obținute depind exclusiv de alinierea energiilor cauzată de gândurile pe care le cultivi.*

Cea mai bună regulă pe care o pot recomanda este următoarea: „Dacă ești fericit, mănâncă. Nu încerca însă să îți croiești drum către fericire cu ajutorul mâncării". Dacă ți-ai stabilit ca principală prioritate păstrarea echilibrului emoțional, relația ta cu alimentația se va schimba, și ceea ce este mai important, reacția ta față de hrana consumată se va schimba la rândul ei. Modificarea ***comportamentului*** alimentar fără încercarea de a-ți alinia mai întâi vibrațiile conduce la rezultate minime, în timp ce modificarea ***gândurilor*** poate conduce la rezultate excepționale chiar și fără ajustarea corespunzătoare a ***comportamentului.***

Să spunem că te-ai hotărât să slăbești, dar deocamdată nu te poți vizualiza ca un om suplu. Convingerea ta este de genul: *„Dacă voi mânca acest aliment, mă voi îngrășa".* Dacă ai *dorința* de a slăbi, dar *convingerea* că acest aliment te poate îngrășa, consumul alimentului respectiv îți va produce o emoție negativă. Poate fi vorba de *vinovăție,* de *dezamăgire* sau de *mânie. Consumul alimentului respectiv te face să te simți rău deoarece această acțiune nu se află în armonie cu dorința și cu convingerea ta. De aceea, dacă*

ți-ai urma cu adevărat propria fericire, te-ai simți întotdeauna bine atunci când mănânci alimente care se armonizează cu convingerile tale și rău atunci când mănânci alimente care nu se armonizează cu aceste convingeri. Dacă dorința ta a prins rădăcini în tine, este imposibil să adopți un comportament care contravine dorinței tale (conform convingerilor tale) fără a simți o emoție negativă.

Care sunt convingerile mele legate de alimentație?

Abraham: Convingerile tale legate de alimentație se reflectă plenar în experiențele pe care le trăiești:

- Dacă *ai convingerea că* poți mânca orice fără să te îngrași, experiența ta de viață va reflecta această convingere.
- Dacă *ai convingerea că* te îngrași cu ușurință, aproape orice ai mânca, experiența ta de viață va reflecta această convingere.
- Dacă *ai convingerea că* anumite alimente îți dau mai multă energie, experiența ta de viață va reflecta această convingere.
- Dacă *ai convingerea că* anumite alimente îți dau mai puțină energie, experiența ta de viață va reflecta această convingere.
- Dacă dorești să fii suplu și *ai convingerea că* o anumită dietă particulară nu îți permite să slăbești,

dat totuși consumi alimentele respective, experiența ta de viață va reflecta această convingere (adică te vei îngrășa).

Mulți oameni iau în derâdere această analiză aparent simplistă a convingerilor umane legate de alimentație și a felului în care se transformă acestea în realitate. La fel ca și ceilalți oameni, și ei au convingerile lor, dar ei cred că acestea s-au născut din observarea realității, așa că le este imposibil să treacă peste „dovezile" pe care le-au obținut trăindu-și propria viață și observând viața altor persoane.

În realitate, observarea rezultatelor obținute nu oferă decât informații precare și neadecvate, căci fără cunoașterea *dorinței* și *așteptării* care au stat la baza unei acțiuni alimentare, simpla calculare a caloriilor devine absolut nerelevantă. Este imposibil să înțelegi un rezultat dacă nu ții cont de cele mai importante ingrediente ale actului creator.

Oamenii reacționează diferit la aceleași alimente, pentru că nu alimentele reprezintă ingredientul-cheie, ci gândurile. Diferența nu este dată de alimente, ci de ceea ce gândești.

Opiniile celorlalți oameni legate de corpul meu nu contează

Întrebare: O persoană la care țin foarte mult mi-a spus odată că abdomenul meu este ușor bombat și că ar trebui să mănânc mai puțin sau să comand mai multe salate și să fac

mai multe exerciții. Fiind o persoană la care, cum spuneam, țin foarte mult, cuvintele ei m-au afectat, iar abdomenul meu a devenit și mai bombat!

Abraham: Cel mai important lucru pe care trebuie să îl înțelegi în acest context este că opiniile unei *alte* persoane nu trebuie să *conteze* niciodată pentru tine. (Amuzament general)

Noi știm că diferiți oameni joacă un rol important în viața ta emoțională, dar tu nu trebuie să consideri niciodată opiniile lor ca fiind mai importante decât ale tale. Ori de câte ori cineva din afară te influențează să te concentrezi asupra unui subiect care te face să te simți rău, înseamnă că influența lui este negativă.

Tu ar trebui să îți cultivi niște gânduri atât de ferme încât opiniile celor din jur să devină nerelevante pentru tine, oricât de dragi ți-ar fi persoanele respective. Singura libertate de care te poți bucura vreodată apare atunci când nu mai opui niciun fel de rezistență, ceea ce înseamnă că ai reușit să îți aliniezi propriile gânduri cu cele ale *Ființei tale Interioare.* Încă nu am cunoscut vreun om care să realizeze această aliniere sau să se bucure de această libertate atât timp cât ține cont de dorințele și de convingerile celorlalți oameni. Aceste informații sunt pur și simplu prea variate și nu pot fi sortate în mod corect.

De aceea, dacă cineva îți spune: „Văd ceva la tine care nu îmi place", tu ar trebui să-i răspunzi: „Privește în altă parte. De pildă, ce părere ai de nasul meu? Nu-i așa că-i nostim? (Râsete) Dar de urechile mele, ce zici?" Altfel spus, tu ar trebui să încurajezi persoana să privească alte aspecte

ale tale, mai pozitive. În tot acest timp, ar trebui să adopți o atitudine jucăușă și să nu te lași rănit de cuvintele ei. De fapt, ar trebui să practici atât de intens gândirea pozitivă legată de tine și de propria ta viață încât nimeni și nimic să nu te mai poată afecta vreodată.

„Vechea" mea poveste legată de corp. Un exemplu

Nu mă încântă deloc cum arată corpul meu. Când și când am reușit să slăbesc de-a lungul vieții, dar niciodată foarte ușor, iar aceste perioade nu au durat niciodată foarte mult. Întotdeauna mi s-a părut că efortul depus pentru a mă apropia cât de cât de imaginea de sine pe care mi-o doresc depășește cu mult rezultatele, după care nici măcar nu reușesc să îmi mențin această imagine obținută cu un preț atât de mare. Am obosit să îmi refuz atâtea alimente savuroase numai pentru a sfârși prin a arăta la fel de rău. Mi se pare prea greu. Pur și simplu nu am metabolismul necesar care să-mi permită să mănânc orice vreau și în orice cantitate. Nu mi se pare corect, dar nu-mi place nici să fiu gras...

„Noua" mea poveste legată de corp. Un exemplu

Corpul meu reflectă întotdeauna gândurile pe care le cultiv. Sunt încântat că am înțeles puterea direcționării

gândurilor mele în direcția dorită de mine și de-abia aștept să văd schimbările fizice pe care le vor produce aceste gânduri asupra corpului meu. Mă simt atât de bine atunci când anticipez noua mea formă și noua mea greutate, și am încredere că această schimbare a început deja. Până atunci, sunt fericit că arăt exact așa cum arăt. Este minunat să ai un scop, și chiar mai minunat să vezi cu ochii tăi rezultatele acestor gânduri deliberat alese. Corpul meu este foarte sensibil la gândurile mele. Îmi face plăcere să știu acest lucru.

Nu există o manieră corectă sau greșită de a-ți spune noua poveste de viață. Ea se poate referi la experiențele tale actuale, la cele din trecut sau la cele din viitor. Singurul lucru care contează este să fii conștient de intenția ta de a-ți îmbunătăți povestea vieții, astfel încât să te simți mai bine în pielea ta. Cu cât îți vei spune mai multe astfel de povești scurte de-a lungul zilei, cu atât mai ușor îți va fi să îți schimbi punctul de atracție. Important este să nu uiți că povestea pe care ți-o spui va sta la baza noii tale vieți de acum înainte. De aceea, spune-o exact așa cum îți dorești să trăiești.

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PARTEA a V-a

Cariera, o sursă profitabilă de plăcere

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Care trebuie să fie primii mei pași în alegerea unei cariere?

Jerry: Cum am putea ști noi dacă ne-am ales cariera corectă? Și cum ne putem bucura noi de succes în cariera aleasă?

Abraham: Ce înțelegi tu prin *carieră*?

Jerry: O *carieră* este o activitate pe care o desfășori mai mult sau mai puțin întreaga viață. Este o ocupație pe care oamenii și-o asumă, după care investesc foarte mult în ea, dând tot ce este mai bun din ei pentru a o duce la bun sfârșit. De cele mai multe ori, ei doresc de asemenea să fie remunerați corespunzător pentru munca prestată în astfel de condiții de calitate.

Abraham: Ce înțelegi prin *activitate de o viață*?

Jerry: O activitate pe care oamenii își planifică să o presteze întreaga lor viață, cum ar fi o slujbă, o profesiune sau o afacere, o activitate comercială etc.

BUCHAREST UNIVERSITY LIBRARY

Abraham: Vrei să spui că în cultura voastră există convingerea larg răspândită și dorința cvasi-unanim acceptată că poți alege o carieră, așteptându-te apoi să fii fericit pentru tot restul vieții făcând același lucru?

Jerry: Ei bine, așa s-au petrecut lucrurile dintotdeauna. Încă de când eram copil, oamenii au început să mă întrebe ce doresc să mă fac când voi fi mare. Este interesant să-mi dau seama acum că încă din primele etape ale vieții mele, adulții mi-au indus convingerea că era absolut necesar să îmi aleg o carieră. Îmi amintesc de pildă că obișnuiam să privesc lăptarul care ne lăsa laptele delicios în acele sticle frumoase și mă gândeam că aș putea să mă fac lăptar. Am asistat apoi la oprirea mașinii mamei mele de către un polițist. Mi s-a părut ceva atât de ieșit din comun ca cineva să o determine pe mama să facă ce vrea el încât m-am decis instantaneu să mă fac polițist. La scurt timp, un medic mi-a pus la loc oasele rupte ale brațului, așa că m-am decis să mă fac doctor. Mai târziu, când casa noastră a luat foc, ideea de a mă face pompier mi s-a părut cea mai bună din lume.

Chiar și după ce am ajuns la stadiul de adult, am continuat să observ și să analizez multitudinea de opțiuni care îmi stăteau la dispoziție, privind lucrurile dintr-o perspectivă veșnic diferită. Cei din jurul meu au fost întotdeauna dezamăgiți că îmi tot schimb meseriile, în loc să mă fixez pentru o „activitate pe viață", adică pentru o „carieră".

Abraham: După ce vor citi povestea copilăriei tale și faptul că te-ai lăsat atât de ușor influențat de diferiți oameni, care ți-au schimbat ideile despre ceea ce doreai să devii

atunci când vei crește mare, foarte mulți oameni vor considera probabil aceste idei ca fiind copilărești sau nerealiste. Noi însă spunem altceva: omul este întotdeauna inspirat de evenimentele din viața sa, iar dacă urmează cursul acestor idei inspirate, fără să se opună, posibilitatea ca el să se bucure de experiențe plăcute este infinit mai mare decât dacă și-ar alege o carieră pornind de la motivațiile altor oameni, cum ar fi tradiția familiei sau veniturile pe care le-ar putea obține dintr-o anumită meserie.

Nu este deloc surprinzător în aceste condiții că atât de mulți oameni au dificultăți în a decide ce doresc să facă pentru tot restul vieții lor. Ei sunt Ființe multidimensionale, iar intenția predominantă cu care s-au întrupat în această viață a fost aceea de a se bucura cât mai plenar de libertatea lor, dar și de a experimenta expansiunea și creșterea prin multitudinea experiențelor lor plăcute. Altfel spus, fără o percepție reală a *stării de libertate interioară,* tu nu vei putea fi niciodată *fericit,* iar dacă nu vei fi *fericit,* nu vei putea experimenta adevărata *expansiune.* De aceea, oricât de copilăresc li s-ar părea unora, este absolut natural ca viața să îți inspire următoarea aventură, apoi următoarea, și așa mai departe.

Sfatul nostru este să iei o singură decizie, și asta cât mai devreme posibil în viață: aceea de a-ți stabili ca prioritate absolută și ca motivație de a trăi intenția ta de a fi fericit de-a pururi. Aceasta ni se pare nouă cea mai bună alegere de carieră: aceea de a gravita către acele activități și de a îmbrățișa acele dorințe care se armonizează cu principala ta intenție: aceea de a fi liber și fericit, și de a-ți

continua creșterea. *Stabilește-ți drept „carieră" o viață cât mai fericită, și nu o activitate care să-ți aducă suficiente venituri, astfel încât să-ți poți folosi banii pentru tot felul de lucruri care să te facă fericit. Cea mai bună combinație între toate este intenția prioritară de a fi fericit, dublată de o activitate care te face fericit.*

Tu te poți specializa în a te simți bine în orice circumstanțe, dar dacă vei ști să îți cultivi echilibrul energetic, atrăgând astfel în viața ta circumstanțele și evenimentele care te pot face și mai fericit, potențialul tău de a obține o fericire durabilă se va amplifica enorm.

„Ce faci ca să îți câștigi pâinea?"

Jerry: Mai există și astăzi pe pământ culturi (de regulă numite primitive sau sălbatice) în care oamenii par să se bucure de momentul prezent, fără să-și ia vreodată slujbe. Spre exemplu, dacă le este foame, ei culeg fructe sau prind pești, dar nu mai mult decât le trebuie pentru a-și potoli foamea.

Abraham: Și crezi că ei vor citi această carte? (Amuzament general) [Nu, nu cred că o vor citi]. Care crezi că este principala categorie de oameni care va citi această carte?

Jerry: Acei oameni care cred că este esențial să aibă o slujbă care să producă venituri constante.

Abraham: Și care crezi că este principalul motiv pentru care oamenii consideră că trebuie să-și aleagă o carieră încă din tinerețe, urmând-o apoi de-a lungul întregii vieți?

Jerry: Deşi nu pot vorbi în numele tuturor, cred că există o anumită *etică* sau *morală* a muncii, care îi face pe oameni să creadă că este absolut necesar să îşi caute o slujbă cu ajutorul căreia să obţină bani. Altfel spus, cultura noastră consideră că este nepotrivit să primeşti bani dacă nu ai dat ceva sau dacă nu ai produs ceva în schimbul lor.

Abraham: Ai perfectă dreptate. Foarte mulţi oameni simt nevoia să îşi justifice existenţa prin efort sau prin muncă. Poate că aşa se explică de ce prima întrebare pe care v-o puneţi voi unul altuia atunci când faceţi cunoştinţă cu cineva este: *„Ce faci ca să îţi câştigi pâinea?"*.

Jerry: Timp de aproape 40 de ani, mi-am câştigat existenţa lucrând circa o oră şi jumătate pe zi. Mulţi oameni se umplu de resentimente auzind că depun un efort atât de mic pentru nişte venituri atât de mari. De regulă, simt nevoia să mă justific, explicându-le cât de multă energie investesc în aceste 90 de minute, câţi ani mi-a luat ca să devin bun în ceea ce fac şi cât de mult trebuie să conduc ca să pot să desfăşor această activitate de 90 de minute. Cu alte cuvinte, întotdeauna simt nevoia să justific faptul că *am plătit* un preţ ridicat pentru răsplata de care mă bucur acum.

Abraham: Atunci când eşti perfect aliniat cu Sursa din interiorul tău, respectiv când dorinţele şi convingerile tale sunt în armonie cu aceasta, tu nu simţi nevoia să te justifici faţă de nimeni. Mulţi oameni încearcă să îşi justifice comportamentul sau ideile în faţa semenilor lor, dar este greşit să te ghidezi după opiniile altora pentru a-ţi găsi armonia interioară. Singura călăuză care te poate conduce la această armonie este *Scala ta de Ghidare*.

La începutul experienței tale de viață, mulți oameni încearcă să îți impună regulile și opiniile lor, dar dacă ții cont de acestea în deciziile pe care le iei, nu faci decât să te îndepărtezi tot mai mult de alinierea cu *cel-care-ești-cu-adevărat* și cu intențiile cu care te-ai născut, precum și cu cele care au apărut în urma experienței tale de viață de până acum. *Tu nu te vei bucura niciodată de extazul adevăratei libertăți până când nu vei renunța la dorința de a le face pe plac celor din jur și până când nu o vei înlocui cu intenția fermă de a te alinia cu* ***cel-care-ești-cu-adevărat*** *(adică cu Sursa ta) Nu vei putea atinge niciodată acest ideal decât dacă vei ține cont de ceea ce simți și dacă vei cultiva exclusiv gânduri care te fac să te simți bine.*

Dacă simți că cineva te dezaprobă sau te atacă, este natural să te aperi. Dacă te-ai antrenat însă să te pui la unison cu *Ființa ta Interioară,* această nevoie de autoapărare va dispărea complet, căci orice sentiment de vulnerabilitate va fi înlocuit cu sentimentul intuitiv că ești una cu *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Indiferent ce alegeri faci, va exista întotdeauna cineva care să nu fie de acord cu ele. Dacă îți vei menține însă alinierea și echilibrul interior, marea majoritate a oamenilor vor fi înclinați mai degrabă să te întrebe care este secretul succesului tău decât să te critice pentru că ai succes. De altfel, cei care persistă totuși în a te critica nu vor găsi nicio satisfacție în justificările tale, indiferent cât de convingătoare ar fi ele.

Tu nu ai datoria să umpli golul care există în viața altora. Singura ta datorie este aceea de a-ți păstra *propriul*

echilibru. Dacă îi vei permite societății, sau chiar unei singure persoane, să îți dicteze ce trebuie să-ți dorești și cum trebuie să te comporți, tu îți vei pierde acest echilibru interior și starea de libertate aferentă la care conduce el, care reprezintă însăși esența Ființei tale. *Dacă vei fi atent la ceea ce simți și dacă vei emite gânduri în armonie cu* ***cel-care-ești-cu-adevărat,*** *tu le vei oferi celor din jur un exemplu de înflorire personală care va avea un impact neprețuit asupra celor care te vor observa.*

Este imposibil să ajuți un om sărac devenind la fel de sărac ca și el, sau un om bolnav îmbolnăvindu-te. Singurul ajutor real pe care îl poți oferi celor din jur constă în alinierea energiilor tale și în amplificarea puterii și lucidității tale.

Legea Atracției și cariera

Abraham: Care crezi că este principalul motiv pentru care oamenii își doresc o carieră?

Jerry: Am citit un studiu recent a cărui concluzie era că principalul lucru pe care și-l doresc oamenii este *prestigiul.* Altfel spus, dacă li s-ar propune să aleagă între un titlu mai înalt și mai mulți bani, cei mai mulți dintre ei ar alege titlul.

Abraham: Cei care caută să obțină prestigiu își înlocuiesc astfel propria *Scală de Ghidare* cu aprobarea celor din jur. Din păcate pentru ei, acest mod de viață nu oferă o satisfacție pe termen lung, întrucât ceilalți oameni nu sunt

dispuși niciodată să le acorde atenția lor pe o perioadă foarte lungă de timp. Probabil că studiul respectiv a ajuns la o concluzie justă, întrucât celor mai mulți dintre oameni le pasă într-adevăr mai mult de opiniile celorlalți oameni despre ei decât de ceea ce simt ei înșiși. Această ghidare nu este însă consistentă și nu poate conduce la o fericire durabilă.

Mulți oameni se tem că dacă și-ar urmări cu orice preț propria fericire, ei s-ar dovedi egoiști și nedrepți față de cei din jur. Noi afirmăm însă exact contrariul: *dacă îți pasă cu adevărat de alinierea ta cu Sursa, indicată de emoțiile tale, și dacă acționezi astfel încât să îți păstrezi această conexiune, orice om asupra căruia îți îndrepți privirea va beneficia de pe urma ei. Tu nu poți ridica nivelul de conștiință al unei alte persoane dacă nu ești conectat mai întâi la propria ta bunăstare lăuntrică.*

Noi știm cât de bine te simți atunci când ceilalți oameni își îndreaptă atenția către tine și când devii obiectul aprecierii lor. De altfel, în astfel de momente ei aplică exact mecanismul pe care ți l-am explicat mai devreme: se conectează la Sursa lor și își revarsă asupra ta admirația și prețuirea lor. Din păcate, este absurd să le ceri celorlalți oameni să se racordeze tot timpul la Sursa lor și să își reverse în permanență admirația asupra ta, întrucât tu nu poți controla această racordare a lor și, oricum, este imposibil să le ceri să își fixeze atenția exclusiv asupra ta. În schimb, tu ai un control absolut asupra propriei tale conexiuni cu Sursa, iar dacă intenția ta predominantă este să îți menții această conexiune indiferent de acțiunile celor din jur, tu nu mai ai niciun motiv să le faci pe plac acestora (lucru pe care oricum

nu l-ai reușit), bucurându-te în schimb de o bunăstare constantă.

Este interesant de remarcat faptul că cei cărora le pasă de adevăratele lor sentimente – care își cultivă în mod deliberat emoțiile pozitive, conexiunea cu Sursa și care își direcționează fluxul gândurilor pozitive către toți oamenii asupra cărora își fixează atenția – sunt considerați de majoritatea oamenilor ca fiind *atrăgători,* bucurându-se de cele mai multe ori de aprecierea și de aprobarea celor din jur.

Este imposibil să obții aprobarea pe care o cauți dacă pornești de la premisa că *ai nevoie* de ea sau de la aceea că *îți lipsește.* Un birou superb, un loc de parcare cu numele tău pe el sau un titlu impresionant nu vor putea umple niciodată golul interior provocat de incapacitatea de a te pune la unison cu *cel-care-ești-cu-adevărat.* Dacă vei obține această aliniere, astfel de beneficii ți se vor părea mai puțin importante, și totuși, în mod paradoxal, exact atunci se vor revărsa ele asupra ta.

Îmi pot umple golul interior cu ajutorul serviciilor aduse altor oameni?

Jerry: În timpul celor 20 de ani pe care i-am petrecut în tot felul de slujbe din industria divertismentului, m-am distrat pe cinste. Nu trebuia să lucrez decât câteva ore pe zi, dar trebuia să fac față la tot felul de provocări și de aventuri, întrucât aveam tot timpul experiențe noi. Cu toate acestea, obișnuiam să le spun oamenilor că mă simțeam ca și cum

aș păși pe nisipul vieții, dar dacă priveam înapoi, nu reușeam să îmi văd propriile urme. Altfel spus, mă simțeam de parcă le-aș fi oferit celor din public o plăcere temporară, dar nicio valoare permanentă.

Simțim oare cu toții nevoia de a lăsa ceva în urma noastră, de a ne ajuta semenii să crească din punct de vedere spiritual? Provine această intenție de pe un nivel superior al ființei noastre, sau o învățăm de la cei din jur, imediat după ce ne naștem în acest mediu fizic?

Abraham: Tu te naști cu intenția de a le fi de folos semenilor tăi, de a-i ajuta să crească din punct de vedere spiritual. Mai mult decât atât, tu te naști știind că ai o anumită valoare intrinsecă. Sentimentul de lipsă pe care l-ai descris nu avea nimic de-a face cu faptul că nu le ofereai celorlalți oameni o valoare permanentă, ci cu faptul că gândurile tale nu erau aliniate cu *Ființa ta Interioară.* Iată cum funcționează acest mecanism: atunci când ești în rezonanță cu *cel-care-ești-cu-adevărat* (cu Sursa sau cu *Ființa ta Interioară),* tu nu poți *decât* să-i ajuți pe ceilalți oameni (cu care intri în contact) să crească din punct de vedere spiritual. Datorită alinierii tale, tu nu observi că ceilalți oameni *nu* sunt aliniați. *Dacă tu ești satisfăcut, **Legea Atracției** nu te înconjoară cu oameni nesatisfăcuți. Invers, dacă ești nesatisfăcut, ea nu te înconjoară niciodată cu oameni satisfăcuți.*

Nimeni nu poate compensa lipsa sa de aliniere printr-o investiție mai mare de timp, de energie sau de acțiune. Pur și simplu nu există idei suficient de eficiente pentru a compensa această lipsă. Întreaga ta valoare rezidă în această

aliniere și singurul lucru pe care îl poți dărui cu adevărat celor din jur este exemplul personal. Dacă le vei oferi acest exemplu, ei îl vor observa, vor dori să-l imite și vor face eforturi în această direcție. *Tu* nu le poți oferi însă altceva.

De fapt, divertismentul pe care l-ai oferit publicului tău a reprezentat un dar mult mai prețios decât ți-ai dat seama la vremea respectivă, căci tu le-ai permis oamenilor să uite de grijile lor de zi cu zi. Nemaifocalizându-se asupra problemelor lor curente, mulți dintre ei s-au aliniat temporar cu Sursa lor. Tu nu puteai însă să îi însoțești în permanență, asigurându-te că le captezi atenția pentru a le menține starea de bună dispoziție. *Fiecare om este responsabil pentru gândurile sale și pentru subiectele asupra cărora își focalizează atenția.*

În adâncurile conștiinței sale, fiecare om știe că a venit în această lume în calitate de creator fericit. El se simte atras în permanență către împlinirea acestei meniri, care nu necesită foarte multe obligații. Intenția lui primordială a fost aceea de a lăsa mediul fizic să îi inspire noi și noi idei creatoare sau dorințe, pe care să și le îndeplinească prin alinierea cu energia Sursei sale. Altfel spus, atunci când se naște în această lume, orice om știe că dorințele sale se vor naște în urma participării sale la această lume și că după nașterea lor, el își va putea focaliza gândurile asupra unor așteptări pozitive, până când dorințele sale se vor împlini.

Principalul rol pe care îl joacă cei din jur în această ecuație a creației este acela de a-ți asigura varietatea de care ai nevoie pentru a putea da naștere unor noi dorințe. *Tu nu ai avut nicio clipă intenția de a-ți măsura valoarea prin comparație cu valoarea celorlalți, ci doar de a-i lăsa să îți*

inspire noi idei prin combinarea ideilor lor cu experiențele tale. Orice comparație cu ceilalți oameni are unica menire de a-ți inspira noi idei, nicidecum de a te face să te simți în inferioritate sau de a-ți reduce valoarea.

Viața ta nu se rezumă la ceea ce faci în weekend, după o săptămână de muncă, sau după pensionare. Ea se petrece chiar acum și esența ei este descrisă de ceea ce simți în clipa de față. Dacă munca ta ți se pare neplăcută sau dificilă, nu înseamnă că ar trebui să îți schimbi neapărat locul de muncă, ci doar că perspectiva ta este întunecată de gândurile tale contradictorii.

Nimeni nu se poate bucura de un sfârșit fericit al călătoriei sale dacă aceasta a fost neplăcută. Niciun scop nu justifică vreodată mijloacele. Ceea ce simți de-a lungul căii este sinonim cu ceea ce vei simți în finalul călătoriei.

Îi poate inspira succesul meu și pe alți oameni?

Jerry: Lucrul pe care l-am prețuit cel mai mult în această viață a fost libertatea. De aceea, nu am fost niciodată dispus să îmi vând această libertate în schimbul banilor. Întotdeauna am afirmat că sunt foarte puțin interesat de bani, întrucât nu sunt dispus să îmi cedez libertatea de dragul lor. În timp, faptul că „nu am lăsat amprente de pași în nisipul vieții" m-a făcut însă să mă întreb dacă viața nu înseamnă ceva mai mult decât simpla distracție.

La scurt timp după ce am început să îmi pun această întrebare, am găsit cartea *Folosește-ți mintea pentru a te*

îmbogăți, și deși nu am fost niciodată preocupat de ideea de *a gândi* sau de cea de *a mă îmbogăți*, lucrarea mi-a atras atenția, așa că am luat-o de pe raft. În clipa în care am deschis-o, am simțit cum mi se ridică părul de pe ceafă, întrucât am găsit un citat care avea să îmi schimbe profund viața. Citatul suna astfel: *„Decide-te ce anume îți dorești să faci în viață!"* Era o afirmație extrem de simplă, dar i-am intuit forța într-o manieră ciudată, care nu-mi era familiară. De aceea, pentru prima dată în viața mea, am început să iau decizii conștiente legate de ceea ce îmi doream. Am notat aceste decizii în scris: „Doresc să fiu propriul meu angajat; îmi doresc propria mea afacere; nu doresc ca afacerea mea să aibă un sediu; nu doresc să stau la un birou; nu doresc să am angajați – este prea mare responsabilitatea. Ceea ce îmi doresc este *libertatea*".

Mi-am dat atunci seama că îmi doresc să îmi pot controla veniturile, să mă mișc cât mai mult, să călătoresc și să mă duc oriunde doresc, să ridic prin activitatea mea nivelul de conștiință al celor din jur (sau cel puțin să nu îi trag în jos), astfel încât nimeni să nu simtă o stare de neplăcere în urma faptului că m-a cunoscut.

Când le spuneam toate aceste lucruri, oamenii râdeau de mine, spunându-mi: „Vai, Jerry, visezi la cai verzi pe pereți! Nu există așa ceva!" La care eu răspundeam: „Trebuie să existe. Emerson a spus: «Nimeni nu ar putea avea o dorință dacă nu ar avea și capacitatea de a și-o îndeplini»". Cred și acum cu aceeași convingere acest lucru. Datorită acestei convingeri, m-am așteptat sincer ca planul meu să reușească și oportunitățile să apară în viața mea...

După circa o lună de când mi-am clarificat ceea ce *îmi doream,* am cunoscut o persoană care mi-a vorbit de o afacere pe care puteam să o deschid în California, și care corespundea întru totul intențiilor mele declarate. În anii care au urmat, această afacere a prins viață, și astfel, am primit tot ce am cerut în scris prin clarificarea intențiilor mele conștiente.

Îmi doresc libertate, creștere și fericire

Jerry: Nu am afirmat nicio clipă că afacerea mea trebuie să corespundă vreunui talent de-al meu, unei capacități sau unei inteligențe deosebite. Am afirmat un singur lucru: *„Asta îmi doresc".*

Poate funcționa acest mecanism în cazul tuturor oamenilor? Se pot bucura ei de ceea ce își doresc, în măsura în care își clarifică intențiile?

Abraham: Da. Dacă dorințele lor sunt inspirate de experiența lor de viață, aceeași experiență de viață are capacitatea de a le îndeplini până la ultimul detaliu.

Ție ți-a luat destul de mult timp ca să îți clarifici dorințele, din cauza experiențelor pe care le-ai trăit. În clipa în care te-ai decis însă să te focalizezi asupra acestor dorințe, notându-le în scris într-o manieră foarte detaliată, tu ai pus un accent deosebit pe *convingerea* ta că ți le vei putea îndeplini. Atunci când *dorințele* se întâlnesc cu *convingerile,* din fuziunea lor se nasc *așteptările.* De îndată ce apar acestea, realitatea le urmează cu rapiditate.

Elementul cel mai important asupra căruia te-ai focalizat tu de-a lungul vieții a fost libertatea interioară. De aceea, când ai dat peste o idee care nu-ți punea în pericol această libertate, dar îți putea aduce în plus și venituri frumoase, tu ai dat curs dorinței de a avea mai mulți bani, chiar dacă anterior nu ai fost foarte interesat de această dorință, întrucât o echivalai cu pericolul de a-ți pierde libertatea.

Atunci când se nasc, toți oamenii își doresc să își îndeplinească trei intenții principale: aceea de a se bucura de *libertate,* de *creștere spirituală* și de *fericire. Libertatea* reprezintă fundamentul tău, căci toate experiențele tale vin la tine ca răspuns la gândurile tale, și nimeni altcineva nu îți poate controla gândurile decât numai tu însuți. Atunci când îți cauți *fericirea,* punându-ți gândurile la unison cu *cel-care-ești-cu-adevărat,* orice rezistență interioară dispare, iar tu te deschizi în fața *expansiunii* sau *creșterii spirituale* pe care ți-a inspirat-o experiența ta de viață.

Îmi doresc să mă simt bine în această viață

Abraham: Dacă, atunci când îți alegi o carieră sau când îți îndeplinești sarcinile curente de serviciu, principala ta dorință este de a fi fericit în timp ce muncești, cele trei intenții se vor alinia rapid și ușor, căci faptul că te simți bine îți permite să te armonizezi perfect cu aspectele Non-Fizice, subtile ale Ființei tale. Această aliniere îți permite apoi să te îndrepți către toate lucrurile pe care viața te-a ajutat să

ți le dorești, astfel încât creșterea ta să fie continuă și satisfăcătoare.

Libertatea reprezintă fundamentul experienței tale de viață. Ea nu trebuie „câștigată". *Fericirea* reprezintă obiectivul, iar *creșterea* rezultatul final. Dacă pornești de la premisa că nu ai nicio valoare, dar treci la fapte încercând să îți demonstrezi valoarea, tu nu îți vei putea găsi echilibrul interior. Noi explicăm frecvent această triadă a intențiilor de a te bucura de *libertate, fericire* și *creștere,* dar atunci când ne ascultă, majoritatea oamenilor își focalizează imediat atenția exclusiv asupra ideii de *creștere,* în încercarea greșită de a-și demonstra valoarea, deși nimeni nu le-a pus vreodată la îndoială această valoare. Tu nu trebuie să le demonstrezi nimic celor din jur și nu ai nimic de justificat. *Rațiunea ta de a exista nu are nevoie de justificări. Simpla ta existență reprezintă cea mai bună justificare.*

Eu îmi creez propria carieră fericită

Abraham: În viziunea noastră, conceptul de „carieră" ar trebui să se refere exclusiv la crearea unor experiențe de viață fericite. Tu nu ai venit în această lume pentru a crea „lucruri", pentru a te bucura exclusiv de lucrurile create de alții sau pentru a acumula obiecte. ***Tu ești un creator autentic, iar obiectul creației tale sunt experiențele tale fericite de viață. Aceasta este menirea ta în această viață. Acesta este obiectul căutării tale. Acesta este motivul pentru care te afli aici.***

Este imoral să obții ceva dacă nu dăruiești?

Jerry: Abraham, tu crezi că este corect din punct de vedere moral sau etic ca cineva să primească fără să dea niciodată ceva înapoi? Altfel spus, dacă cineva a moștenit o avere sau a câștigat la loterie, după care a făcut donații și acte de binefacere, consideri că la fel ar trebui să facem *cu toții?*

Abraham: Întrebarea ta implică faptul că există un preț de plătit pentru bunăstarea care se manifestă prin tine și că ea trebuie justificată prin anumite acțiuni precise. Nu este însă cazul. *Bunăstarea care se manifestă prin tine nu poate fi justificată; de altfel, acest lucru nici nu este necesar. Singurul lucru necesar este să te aliniezi cu această bunăstare. Nimeni nu se poate focaliza asupra absenței bunăstării din viața lui, bucurându-se apoi de bunăstare.*

Mulți oameni se focalizează asupra situațiilor *nedorite,* fără să țină cont de *Scala Emoțională de Ghidare* din interiorul lor, după care încearcă să compenseze această focalizare greșită prin acțiunile lor fizice. Din cauza alinierii greșite a energiilor lor, ei nu obțin rezultatele scontate, după care fac eforturi încă și mai mari, dar tot degeaba.

Abundența îți stă tot timpul la dispoziție, la fel ca și aerul pe care îl respiri. Viața ta este întotdeauna exact atât de bună cât îi permiți să fie.

Dacă pornești de la premisa că trebuie să muncești din greu pentru a te bucura de abundență, aceasta din urmă nu va veni la tine decât dacă vei munci din greu. Din păcate, cu cât muncești mai mult, cu atât mai rău te simți și cu atât

mai mult îți blochezi singur rezultatele pe care dorești să le primești (fie și prin muncă grea). Nu-i de mirare că atât de mulți oameni se simt descurajați și că nu mai știu încotro să o apuce, întrucât li se pare că orice ar face, nimic nu le reușește.

Dacă dorești să „înapoiezi cu adevărat ceva pentru ceea ce ai primit", singurele lucruri de valoare pe care le poți oferi celor din jur sunt *aprecierea* și *iubirea,* la care se adaugă *alinierea* cu Sursa. Dacă *suferi* sau dacă *te lupți,* tu nu ai nimic de oferit societății. Mulți oameni se plâng de nedreptate sau de injustiție atunci când văd că unii oameni primesc foarte mult în schimbul unor eforturi foarte mici, în timp ce alții muncesc din greu, dar primesc foarte puțin în schimbul muncii lor. *Legea Atracției* nu dă însă niciodată greș. ***Realitatea pe care o trăiești este replica exactă a tiparelor tale energetice și mentale. Nimic nu poate fi mai drept decât viața de care ai parte, căci ea reflectă exact ceea ce gândești, deci vibrația pe care o emani, și implicit cea pe care o atragi. Altfel spus, tu primești întotdeauna esența vibrației pe care o oferi.***

Jerry: Dacă scoatem banii din ecuație, ca să spun așa, ce *trebuie* noi să facem cu viața noastră, fără a *acționa* în schimbul banilor?

Abraham: Marea majoritate a oamenilor acționează în încercarea de a compensa dezechilibrul lor energetic interior. Cu alte cuvinte, ei se gândesc foarte mult la lucrurile pe care *nu și le doresc,* împiedicând astfel lucrurile pe care *și le doresc* să pătrundă cu ușurință în viața lor, după care încearcă să compenseze această aliniere greșită prin acțiunile lor. Dacă ar face mai întâi de toate efortul de a-și alinia corect energiile

prin recunoașterea valorii emoțiilor lor și prin focalizarea asupra acelor lucruri care îi fac să se simtă bine, ei ar avea foarte mult de câștigat și s-ar putea bucura de o viață minunată, chiar dacă ar acționa mai puțin.

Majoritatea acțiunilor oamenilor moderni au la bază o rezistență energetică uriașă, ceea ce explică de ce atât de mulți dintre ei au ajuns la concluzia că viața este o luptă. Acesta este și motivul pentru care numeroși oameni cred (la fel ca și tine) că succesul se opune libertății, și invers, deși în realitate cele două concepte sunt sinonime. *Banii nu trebuie neapărat scoși din ecuație. În schimb, este* ***absolut necesar*** *să transformi căutarea fericirii în cea mai importantă parte a acestei ecuații. Dacă vei face acest lucru, abundența în toate formele ei se va revărsa asupra ta.*

Bun venit pe Planeta Pământ

Abraham: Dacă ți-am putea vorbi încă din prima zi a existenței tale în dimensiunea fizică, noi ți-am fi de un mare folos, întrucât ți-am spune: „Bun venit pe Planeta Pământ. Nu există nimic care să nu poți fi sau să nu poți avea pe această planetă. Principala ta menire în această lume – cariera ta de o viață – este să îți cauți fericirea.

Tu trăiești într-un univers al libertății absolute. De fapt, ești atât de liber încât orice gând pe care îl emiți atrage către tine o realitate corespondentă.

Dacă vei cultiva gânduri care te vor face să te simți bine, tu te vei afla în armonie cu *cel-care-ești-cu-adevărat.*

De aceea, utilizează cu înțelepciune această libertate de care te bucuri. *Caută-ți mai întâi de toate fericirea, și te vei bucura astfel de abundență și de creștere spirituală*".

Din păcate, aceasta nu este prima zi a experienței tale pe această planetă. Cei mai mulți cititori citesc aceste rânduri după ce au fost convinși o perioadă lungă de timp că nu sunt liberi, că nu sunt vrednici și că trebuie să demonstreze prin acțiunile lor că merită să primească ceva. Mulți dintre ei sunt implicați în cariere sau în activități care nu le sunt pe plac, dar nu se îndură să renunțe la ele, din cauza fricii că repercusiunile financiare vor fi mai mari decât neplăcerea provocată de activitatea propriu-zisă. Alții, care nu au de lucru, simt disconfortul produs de faptul că nu se pot susține financiar și de nesiguranța viitorului. Indiferent în ce situație te afli, dacă vei lua decizia de a privi în față aspectele ei pozitive, tu vei înceta procesul de rezistență, singurul lucru care te desparte de viața pe care ți-o dorești.

Nu te obligă nimeni să te întorci în timp și să-ți repari greșelile, nici să fii prea critic cu tine însuți pentru toate lucrurile pe care nu le-ai realizat încă. Dacă ai putea privi acest moment ca pe un început al unei noi experiențe de viață – făcând tot ce îți stă în puteri pentru a te opune emoțiilor negative, gândurilor că nu meriți să primești nimic și resentimentelor legate de bani – situația ta financiară ar începe să se schimbe chiar de acum. Tot ce trebuie să faci în acest scop este să îți spui: *„Aceasta este prima zi a restului experienței mele din această viață. Principala mea intenție este ca, începând din acest moment, să caut numai acele motive care mă fac să mă simt bine.* ***Doresc să mă simt bine.***

Nimic nu este mai important pentru mine decât să mă simt bine".

Cel mai important lucru din lume este să te simți bine

Abraham: Adeseori, majoritatea aspectelor din mediul în care lucrezi nu te fac să te simți bine. De aceea, mulți oameni aflați în această situație cred că singura lor șansă de a se simți mai bine este să renunțe la slujba respectivă și la influențele ei negative. Din păcate pentru ei, nici această idee nu îi face să se simtă mai bine, întrucât renunțarea la slujbă ar putea să însemne o reducere și mai accentuată a unor venituri deja mici. De aceea, ei continuă să muncească, deși se simt nefericiți și prinși într-o capcană.

Dacă ai putea face un pas înapoi și dacă ți-ai privi cariera nu ca pe o activitate prestată în schimbul unor bani, ci ca pe o investiție personală făcută pentru a te bucura de o experiență de viață fericită, tu ți-ai da seama că multe din gândurile tale curente nu sunt în armonie cu această căutare a fericirii. Dacă îți vei spune: „Nimic nu este mai important pentru mine decât să mă simt bine", vei fi imediat ghidat către alte gânduri, către alte cuvinte și către un comportament diferit.

Exercițiul atât de simplu de căutare a aspectelor pozitive ale activității tale curente și ale colegilor tăi de muncă îți va transmite pe loc o stare de ușurare, care va indica o schimbare a vibrației tale, și implicit a punctului tău de atracție. În continuare, *Legea Atracției* va avea grijă să îți

scoată în cale alți oameni, sau te va ajuta să trăiești experiențe diferite cu aceiași oameni. Acest mecanism creator începe în interior și se proiectează în lumea exterioară, nu invers. Mecanismul acțiunii exterioare în scopul de a te simți mai bine nu funcționează niciodată. *Dacă vei lua decizia simplă, dar extrem de eficientă, de a te simți mai bine, situația vieții tale va începe să se schimbe dramatic.*

Care sunt obstacolele care mă împiedică să avansez în carieră?

Jerry: Ce le poți spune celor care se orientează către primul lor domeniu de activitate sau care doresc o schimbare în cariera lor în speranța unei creșteri salariale, dar și spirituale, neștiind în ce direcție să o apuce?

Abraham: Viața pe care ai trăit-o până acum te-a ajutat deja să stabilești ce anume îți dorești în continuare, iar situația perfectă care te poate ajuta să îți îndeplinești această dorință se află deja în fața ta, așteptându-te să te decizi. De aceea, tu nu trebuie să te lupți pentru a descoperi circumstanțele perfecte, ci doar să *permiți* acestor circumstanțe să vină la tine și să te conducă spre acea experiență care îți poate satisface toate intențiile pe care ți le-ai stabilit în urma experienței tale de viață de până acum. Îți reamintesc în această direcție că cel mai bun moment pentru a stabili ce anume *îți dorești* este acela în care experimentezi ceva ce *nu îți dorești*.

De pildă, faptul că nu ai destui bani te face să *ceri* mai mulți bani. Un patron care nu te apreciază te face să *ceri* un alt patron, care să îți aprecieze talentele și eforturile depuse. O slujbă în care te plictisești te face să *ceri* o activitate care să te împlinească și să te ajute să crești. O slujbă care necesită o deplasare pe o distanță foarte lungă cu mașina te face să *ceri* o slujbă mai aproape de casă, și așa mai departe. *Iată sfatul nostru pentru toți cei care doresc să își schimbe slujba: noua ta slujbă te așteaptă deja în planul energetic. Tot ce trebuie să faci pentru a te întâlni cu ea este să te armonizezi cu dorința către care te-au condus experiențele tale de viață din trecut și din prezent.*

Oricât de ciudat ar părea, cea mai rapidă cale către un nou loc de muncă, mai bun decât cel precedent, este să te preocupi mai mult de acele lucruri din mediul tău curent care te fac să te simți bine. Majoritatea oamenilor procedează exact pe dos, insistând asupra problemelor de la locul de muncă actual, în încercarea de a-și justifica dorința de schimbare. *Legea Atracției* îți oferă însă întotdeauna exact lucrul la care te gândești, într-o cantitate mai mare. De aceea, dacă te focalizezi asupra unor lucruri nedorite, ea ți le oferă în continuare, într-o măsură chiar mai mare decât până atunci. *Dacă renunți la o slujbă din cauza problemelor pe care le ai în prezent, tu vei avea parte de aceleași probleme și la noul tău loc de muncă.*

Gândește-te și vorbește despre ceea ce *îți dorești.*

Fă o listă cu toate aspectele plăcute de la actualul tău loc de muncă.

Gândește-te cu entuziasm la toate lucrurile care s-ar putea schimba în bine în viața ta.

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

Nu mai pune un accent atât de mare pe aspectele care îți displac.

Pune un accent cât mai mare pe aspectele care te satisfac.

Observă apoi răspunsul universului la noua ta vibrație îmbunătățită.

Voi căuta motive ca să mă simt bine

Jerry: Cu alte cuvinte, dacă oamenii nu se focalizează în prezent asupra situației *dorite,* renunțând să se mai gândească la aspectele *nedorite* legate de activitatea lor curentă (sau de cea precedentă), ei vor continua să își recreeze – într-o formă sau alta – circumstanțele negative pe care tocmai le-au părăsit?

Abraham: Exact. *Indiferent cât de justificată ți se pare emoția ta negativă, ea nu te va ajuta să îți croiești un viitor mai bun. Dimpotrivă.*

Majoritatea oamenilor se gândesc de-a lungul vieții la tot felul de activități care i-ar putea face fericiți pe durata a 10-20 de vieți de acum înainte. Aceste gânduri nu se pot materializa însă în viața lor, din cauză că porțile le sunt închise. Acest blocaj se datorează faptului că oamenii se plâng tot timpul de ceea ce nu le convine, justificându-și astfel emoția negativă pe care o simt și amplificând-o în continuare. *Caută întotdeauna motive pentru a te simți bine. Prin noua stare de bucurie pe care o vei simți, tu vei deschide poarta interioară și o multitudine de lucruri pe care*

ți le-ai dorit de-a lungul vieții se vor putea materializa în viața ta. Vei trăi astfel din ce în ce mai fericit, la unison cu intenția pe care ai avut-o atunci când te-ai întrupat în această lume fizică, asumându-ți cariera unei noi vieți pământești.

Îmi doresc acest lucru, sau *trebuie* să îl fac?

Jerry: În primii mei ani de viață am locuit împreună cu familia mea la diferite ferme de 40 de acri din Oklahoma, Missouri și Arkansas. Am făcut în acea perioadă tot felul de lucruri pentru a câștiga bani, dar nu am avut parte decât de munci dificile, care nu îmi produceau nici cea mai mică satisfacție. Trebuia să culeg căpșuni, să cresc și să vând pui, să plantez, să culeg și să vând roșii, să tai și să vând lemne etc. Toate aceste activități m-au ajutat să strâng ceva bani (pentru acele vremuri), dar niciuna dintre ele nu mi-a plăcut. În timpul anilor de liceu, pe care i-am petrecut la New Orleans, am avut alte slujbe, la fel de neplăcute, lucrând la repararea acoperișurilor, ca mecanic și ca operator pe o macara. Prima slujbă din viața mea care mi-a făcut plăcere a fost aceea de salvamar pe plaja Pontchartrain Beach.

Pe scurt, făceam și eu ce făceau toți ceilalți, dar nu mi-a trecut nicio clipă prin minte că aș putea combina o activitate care să-mi aducă venituri cu plăcerea personală. În toată acea perioadă de timp în care am muncit din greu, fără să am nicio altă satisfacție decât banii, mă distram întotdeauna *după* serviciu. Mă întâlneam noaptea în parc cu ceilalți puști de vârsta mea, cântam la chitară, sau în corul bisericii și în cel

al Operei din New Orleans. Conduceam un grup de cercetași, făceam acrobații și m-am oferit ca profesor voluntar de gimnastică și de dans. Altfel spus, am făcut în acea epocă foarte multe lucruri distractive, dar niciuna remunerată.

După ce am devenit adult, nu am mai lucrat niciodată foarte mult și nu am mai acceptat niciodată slujbe care nu îmi plăceau. Am preferat să devin propriul meu angajat și am continuat să fac aceleași activități pe care le făceam altădată, dar de data aceasta pe bani.

Nu m-am antrenat niciodată și nu mi-am planificat o carieră muzicală, în domeniul dansului sau al acrobației, dar când sindicatul mecanicilor a intrat în grevă și am rămas fără slujbă, o persoană care lucra la sala de gimnastică YMCA m-a întrebat dacă nu doresc să lucrez pentru „El Gran Circo de Santos y Artigas" din Cuba, ca trapezist (*„artist* al aerului", după cum îi spuneau acestei activități cei de acolo). Așa se face că nu am mai continuat cu meseria „sigură" de mecanic pe care și-o dorea tata pentru mine, deși salariile erau într-adevăr mari în acest domeniu de activitate, iar eu eram deja calificat și chiar foarte bun în ceea ce făceam, chiar dacă activitatea în sine nu-mi făcea nicio plăcere. Profitând de greva muncitorilor din domeniu, mi-am schimbat rapid direcția în viață și am trăit una dintre cele mai aventuroase și mai minunate perioade din viața mea. Am început să lucrez ca acrobat în cadrul circului cubanez, după care am rămas în show business, domeniu în care am lucrat în următorii 20 de ani.

Abraham: Detaliile vieții tale demonstrează limpede principiile pe care le-am discutat până acum. Toți acei ani

de muncă grea din tinerețea ta te-au ajutat să identifici activitățile care nu îți plăceau, și implicit ce ți-ar fi plăcut să faci în viață. Pe de altă parte, deși ai avut multe slujbe care nu îți plăceau în perioada adolescenței, tu ți-ai petrecut tot timpul liber făcând diferite lucruri care *îți plăceau* foarte mult. Tu ai îndeplinit astfel – fără să fii conștient – primele două premise ale ecuației unei creații fericite: munca grea te-a făcut să *ceri,* iar timpul liber în care cântai și făceai gimnastică etc., adică tot felul de activități care te încântau, te-a ajutat să te deschizi față de dorințele tale, cărora le-ai *permis* să se manifeste în viața ta. Altfel spus, tu ai mers astfel pe calea minimei rezistențe, iar universul te-a ajutat în continuare, direcționându-te pe o cale care te-a condus în timp la libertatea, creșterea spirituală și fericirea pe care ți le doreai.

Datorită neplăcerii intense pe care ai simțit-o în toți acei ani de muncă grea, tu ai fost unul dintre puținii oameni care au avut puterea sau care au fost suficient de ciudați ori de diferiți pentru a-și permite să caute fericirea dorită. Această atitudine te-a ajutat să îți îndeplinești mai târziu foarte multe dorințe.

Majoritatea oamenilor percep o mare diferență între lucrurile pe care *doresc* să le facă și cele pe care consideră că *trebuie* să le facă. Cei mai mulți dintre ei consideră că activitățile care aduc venituri intră în categoria *lucrurilor care trebuie făcute.* Așa se explică de ce ei câștigă atât de greu bani, și de multe ori în cantități insuficiente.

Dacă vei fi suficient de înțelept pentru a urma cursul gândurilor tale pozitive, care te fac să te simți bine, tu vei

descoperi că această cale fericită te poate conduce către toate lucrurile pe care ți le dorești. Dacă vei căuta în mod deliberat aspectele pozitive de-a lungul acestei căi, tu te vei alinia energetic cu ***cel-care-ești-cu-adevărat*** *și cu toate lucrurile pe care ți le dorești, iar universul te va ajuta să îți îndeplinești aceste dorințe.*

Se poate întâmpla ca ceea ce îmi face plăcere să atragă inclusiv bani în viața mea?

Jerry: La început, Esther și cu mine nu am avut nicio intenție să scoatem bani de pe urma muncii cu tine, Abraham. Ne bucuram că putem învăța de la tine și ne încântau rezultatele pozitive de care aveam parte pe măsură ce aplicam învățăturile tale, dar nu am avut nicio clipă intenția de a transforma această activitate într-una lucrativă. Mult timp, ea a fost doar o activitate spirituală care ne făcea o plăcere enormă (la fel cum ne face și acum). Între timp, ea a crescut însă dramatic, transformându-se într-o activitate de anvergură mondială.

Abraham: Vrei să spui că, pe măsură ce experiența voastră de viață s-a dilatat, ideile și dorințele voastre au crescut la rândul lor? Și că, deși la început nu ați putut anticipa cum vor evolua lucrurile, întrucât această activitate vă făcea plăcere și vă ajuta să vă simțiți bine, ea s-a transformat între timp într-o cale eficientă care vă conduce către împlinirea dorințelor și obiectivelor pe care vi le-ați

stabilit cu mult timp înainte să începeți această activitate?

Jerry: Exact. Intenția mea inițială referitoare la tine era să învăț o modalitate mai eficientă de a-i ajuta pe ceilalți oameni să cunoască succesul financiar. În plus, doream să învăț cum îmi pot trăi propria viață într-o armonie mai mare cu *Legile Universului*.

Doresc să mă simt liber atunci când muncesc

Jerry: Practic, aproape niciuna din *carierele* pe care le-am avut de-a lungul anilor nu a început ca o modalitate de a câștiga bani. Majoritatea au fost activități pe care îmi plăcea să le fac și care au sfârșit prin a-mi aduce bani.

Abraham: Ei bine, acesta este marele secret al succesului de care te-ai bucurat în toți acești ani. Tu ai luat foarte devreme în viață decizia de a te simți bine mai presus de orice, așa că ai descoperit tot felul de modalități interesante de a-ți susține această intenție, chiar dacă la vremea respectivă nu-ți dădeai seama că ***secretul oricărei forme de succes constă în a te simți în permanență fericit.***

Mulți oameni au fost învățați de mici că urmărirea fericirii personale este un gest egoist și nepotrivit, și că adevăratele lor obiective ar trebui să fie asociate cu angajamentul, responsabilitatea, lupta și sacrificiul. Noi dorim însă să înțelegi că tu poți fi cât se poate de responsabil, de angajat, și că îți poți ajuta foarte mult semenii *tocmai* fiind fericit. Dacă nu începi prin a descoperi o modalitate de a te

simți fericit, toate celelalte angajamente ale tale rămân cuvinte goale, fără niciun fel de substanță reală. *Nimeni nu poate ajuta cu adevărat pe altcineva dacă nu este conectat la propria sa putere personală.*

Mulți oameni spun: „Nu doresc să muncesc", ceea ce se traduce de regulă prin: „Nu mai doresc să mă duc într-un loc străin și să fac o activitate care nu îmi face nicio plăcere numai pentru a câștiga bani". Când îi întrebăm de ce, ei ne răspund: „Pentru că îmi doresc să fiu liber". În realitate, ei nu caută o eliberare de acțiune, întrucât acțiunea poate fi foarte amuzantă de multe ori. La fel, ei nu caută nici o eliberare de bani, întrucât banii și libertatea pe care și-o doresc sunt sinonime. *Ei caută eliberarea de negativitate, de rezistență, de separarea față de* ***cei-care-sunt-cu-adevărat*** *și de blocarea abundenței care reprezintă dreptul lor din naștere. Pe scurt, ei doresc să se elibereze de lipsuri.*

Care sunt aspectele pozitive ale acestui lucru?

Abraham: Ori de câte ori simți o emoție negativă, aceasta reprezintă un indiciu al ***Scalei tale Emoționale de Ghidare****, care îți atrage atenția că în momentul respectiv privești aspectele negative ale realității din fața ta și că, procedând în acest fel, tu te privezi singur de realitatea dorită.*

Dacă îți vei stabili intenția de a căuta numai aspectele pozitive ale situației asupra căreia îți focalizezi atenția, vei

obține instantaneu dovada dizolvării blocajului tău interior. Altfel spus, te vei simți mai bine, iar în acest fel îi vei permite universului să îți livreze ceea ce îți dorești de atâta timp.

Mulți oameni trec de la o slujbă la alta, de la o profesie la alta, de la un patron la altul, dar descoperă de fiecare dată că noul loc de muncă nu este cu nimic mai bun decât cel precedent. Explicația este cât se poate de simplă: oriunde s-ar duce, ei se iau pe ei înșiși cu ei. Atunci când îți schimbi locul de muncă, dar continui să te plângi de tot ce ți s-a întâmplat la vechiul loc de muncă pentru a-ți justifica astfel schimbarea, tu emani practic aceeași vibrație a rezistenței și continui să împiedici astfel atragerea lucrurilor pe care ți le dorești.

Cea mai bună cale de a-ți schimba locul de muncă cu unul care să îți ofere o satisfacție reală constă în a te focaliza asupra aspectelor pozitive ale actualului loc de muncă, până când întreaga ta ființă se umple de *apreciere* și *recunoștință*. Această nouă vibrație va permite apoi atragerea în viața ta a unor noi circumstanțe, care îi corespund din punct de vedere energetic.

Unii oameni se tem că dacă vor da curs acestui sfat și vor privi aspectele pozitive de la actualul lor loc de muncă, ei vor ajunge să se cramponeze de el. Realitatea este însă exact pe dos: *atunci când te afli într-o stare de apreciere, tu scapi de tirania limitărilor tale autoimpuse (și toate limitările sunt autoimpuse) și te deschizi în fața unor noi realități minunate.*

Jerry: Abraham, care este rolul *aprecierii* în ecuația creației? Și cum conduce aprecierea la recunoștință? Din

cartea lui Napoleon Hill, *Folosește-ți mintea pentru a te îmbogăți,* am învățat că trebuie să iau singur decizia de a stabili ce anume îmi doresc de la viață, focalizându-mă apoi asupra dorințelor mele până când acestea se transformă în realitate. Cu alte cuvinte, am învățat să îmi stabilesc obiective și termene de realizare a lor. După ce te-am cunoscut pe tine, mi-am dat însă seama că majoritatea lucrurilor cu adevărat minunate din viața mea nu erau cele pe care am specificat cândva că *le doresc* (deși am avut parte și de împlinirea acestora), ci mai degrabă cele care materializau esența lucrurilor pe care le-am *apreciat* cel mai mult în viața mea.

De pildă, am cunoscut-o pe Esther cu mulți ani înainte de a forma un cuplu, dar nu mi-am *dorit* niciodată să fiu împreună cu ea. În schimb, am *apreciat* enorm foarte multe dintre calitățile ei, până când am integrat-o complet în viața mea, care a devenit de atunci infinit mai fericită.

La fel, deși am citit de nenumărate ori cărțile lui *Seth,* nu mi-am *dorit* niciodată cu adevărat să am parte de un „Seth" în viața mea. În schimb, am *apreciat* foarte mult învățăturile „entității Non-Fizice", numite Seth, precum și pe Jane Roberts și Robert Butts, prin care s-a manifestat această experiență. Și iată că ai apărut tu în viața noastră. Chiar dacă nu ești una cu „Seth", tu manifești practic întreaga esență a lucrurilor pe care le-am *apreciat* atât de mult în legătură cu Jane și cu Rob, precum și cu experiențele lor metafizice.

Acum 40 de ani, mă aflam în vizită la o familie de lângă San Francisco, ce își câștiga banii printr-o afacere extrem de simplistă, aproape primitivă, de livrare a unor produse prin poștă cu sediul în propriul domiciliu. Nu am afirmat niciodată în viața mea că *îmi doresc* acest gen de afacere,

dar *apreciind-o* foarte mult, le-am povestit foarte multor oameni despre ea. Și astfel, într-o bună zi, acum circa 20 de ani, pe când mă aflam la oficiul poștal pentru a ridica mai multe comenzi pentru înregistrările cu *Învățăturile lui Abraham,* mi-am dat seama că ceea ce experimentez reprezintă practic esența acelei afaceri prin poștă pe care am *apreciat-o* atât de mult cândva. Și iată câte milioane de oameni au fost influențați într-o direcție pozitivă de răspândirea acestei filozofii, chiar dacă am transformat-o într-o afacere!

Aș putea continua astfel la infinit. Nu mai doresc să adaug însă decât un singur amănunt: când ne-am mutat la San Antonio, Texas, Esther și cu mine am găsit o căsuță de închiriat temporar în care ne puteam bucura de o grădină de legume, de creșterea găinilor, a unei capre pentru lapte și de propria fântână. Obișnuiam să ne plimbăm adeseori pe drumul care pornea din fața casei noastre și care mergea de-a lungul unei piste micuțe de aterizare pentru avioane particulare, până când ajungeam la o pădurice de cedri și de stejari bătrâni. Chiar și vara, când era foarte cald afară, ne bucuram de aceste plimbări, mergând pe urmele lăsate de căprioare printre copaci.

Într-o zi, am descoperit că una din cărările făcute de căprioare conducea la o poieniță micuță ascunsă printre copaci. Era o priveliște încântătoare! Iarba, florile și întreaga atmosferă erau aproape „magice". Esther și cu mine adoram acest loc pitoresc ascuns în pădure, drept pentru care ne întorceam adeseori aici. Făceam tot felul de scenarii legate de apariția acestei poienițe ce părea străveche și foarte

naturală, și despre cei care au descoperit-o înaintea noastră, bucurându-se de ea. Ne întrebam ce anume ne atrage atât de mult către ea. Cert este că o *apreciam* în mare măsură! Nu am afirmat *niciodată* că *ne dorim* această bucată de teren, ci ne-am limitat să o *apreciem*.

Cinci sau șase ani mai târziu, un străin ne-a sunat și ne-a spus că a auzit că suntem în căutarea unui teren pentru construirea noului nostru complex de birouri. Cei șapte acri de teren pe care ni i-a oferit conțineau inclusiv poienița noastră, iar actualul nostru complex de birouri se află chiar în acest loc minunat! Cei șapte acri inițiali s-au transformat în 20, iar apoi în 40, incluzând – ca să scurtez povestea – frumoasa pădure de stejari a vecinului nostru, pe care am *apreciat-o* atât de mult. Terenul are deschidere către autostradă, un hangar pentru avioane, o pistă pentru elicoptere și un grajd pentru cai (chiar dacă nu avem încă nici avion, nici cai). *Și totul a pornit de la aprecierea noastră față de acea micuță poieniță din mijlocul pădurii.*

Abraham, ce poți să-mi spui despre sublima emoție a *aprecierii*?

Abraham: Această vibrație este identică cu cea a adevăratei iubiri, a stării de îndrăgostit, a acelei stări pe care o ai uneori atunci când vezi pe cineva și te simți atras de el, sau atunci când privești inocența unui copil și intuiești întreaga frumusețe și putere a copilului. *Iubirea* și *aprecierea* sunt vibrații similare.

Aprecierea este vibrația alinierii cu ***cel-care-ești-cu-adevărat****. Ea înseamnă absența oricărei rezistențe, a oricărei temeri sau îndoieli, a negării de sine și a urii față de alți*

oameni. Aprecierea înseamnă absența tuturor lucrurilor care te fac să te simți rău și prezența tuturor lucrurilor care te fac să te simți bine. Atunci când te focalizezi asupra lucrurilor pe care ți le dorești și atunci când îți spui povestea vieții așa cum ți-ai dori să o trăiești, tu te apropii din ce în ce mai mult de această stare de apreciere, iar atunci când o atingi în sfârșit, tu atragi către tine toate lucrurile pe care le consideri bune, într-o manieră extrem de intensă.

Să vedem acum în ce constă diferența dintre *recunoștință* și *apreciere.* Foarte mulți oameni consideră că aceste cuvinte sunt sinonime, dar noi nu percepem aceeași esență energetică în cele două cuvinte. Atunci când te simți recunoscător, tu privești de regulă către o luptă care tocmai s-a încheiat și în care ai învins. Altfel spus, te simți fericit că ai învins, dar nu ai uitat cu totul de vibrația „luptei". Este aceeași diferență ca și cea dintre *inspirație,* care reprezintă atracția către *cel-care-ești-cu-adevărat,* și *motivație,* care reprezintă o justificare a direcției pe care ți-ai ales-o.

Aprecierea este un sentiment pe deplin acceptat de deschidere interioară. Ea reprezintă alinierea energetică cu „cel care am devenit". Starea de apreciere înseamnă „sincronizarea ființei mele cu tot ceea ce reprezint eu".

Atunci când te afli într-o stare de apreciere, tu privești realitatea din fața ta prin ochii Sursei. Chiar dacă te plimbi pe o stradă aglomerată, plină cu tot felul de lucruri pe care alți oameni le-ar critica sau din cauza cărora și-ar face griji, atât timp cât îți vei păstra această stare tu nu vei observa aceste lucruri (sau nu vei fi afectat de ele), întrucât vibrația aprecierii este mult mai elevată decât vibrațiile lor.

O stare de apreciere este o stare de Grație. Ea îți permite să fii *cel-care-ești-cu-adevărat.* În ziua în care te-ai născut în această lume, tu te aflai în această stare. În aceeași stare te vei afla în momentul morții. De aceea, starea de apreciere ar trebui să fie principalul tău obiectiv în această viață.

Joseph Campbell a preferat să folosească un alt cuvânt: *beatitudine.* Noi credem că cele două cuvinte sunt sinonime: „Urmează-ți întotdeauna fericirea". Din păcate, nu toți oamenii reușesc să își urmeze fericirea, din cauza circumstanțelor în care se află. Există și o cale mai lungă, care conduce însă la aceeași destinație: dacă ești disperat, urmează-ți dorința de răzbunare. Acesta este *cursul firesc* al lucrurilor. Dacă simți o dorință de răzbunare, urmează-ți ura. Acesta este *cursul firesc* al lucrurilor. Dacă urăști, urmează-ți frustrarea. Acesta este *cursul firesc* al lucrurilor. Dacă te simți frustrat, urmează-ți speranța. Acesta este *cursul firesc* al lucrurilor. În sfârșit, dacă ai ajuns să speri, înseamnă că te afli în imediata apropiere a aprecierii.

Dacă ai început deja să speri, îți poți face o listă cu lucrurile care te fac să te simți bine. Fă întotdeauna astfel de liste cu aspectele pozitive, cu lucrurile care îți plac. Du-te la restaurant și comandă felurile tale preferate. Nu te plânge niciodată de nimic. Privește întotdeauna numai aspectele care îți plac cel mai mult. Chiar dacă te afli într-o situație critică, în care nu descoperi decât un singur aspect pozitiv într-o multitudine de aspecte negative, focalizează-ți întreaga atenție nedivizată asupra acestui unic aspect și folosește-te de el ca de un pretext pentru a fi *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Dacă te vei folosi de astfel de pretexte pentru a te simți

bine și pentru a te identifica cu *cel-care-ești-cu-adevărat*, tu te vei pune la unison cu vibrația armonioasă a Sursei tale și întreaga lume va începe să se transforme sub ochii tăi. *Tu nu ai datoria să transformi această lume de dragul altora, dar ai datoria să o transformi de dragul tău.* Starea de *apreciere* nu este altceva decât conexiunea cu Sursa ta. Este o stare în care nu mai percepi niciun fel de lipsă.

Timpul în care muncesc depinde de percepția mea

Abraham: Așa cum foarte mulți oameni se focalizează asupra lipsei de *bani*, alți oameni se focalizează asupra lipsei de *timp*. De multe ori, cele două percepții se completează reciproc, având un impact negativ una asupra celeilalte. De regulă, percepția celor care suferă de ambele lipsuri este că nu au suficient timp pentru a face tot ce este necesar pentru a obține succesul pe care și-l doresc.

Principalul motiv pentru care oamenii simt o lipsă de timp este acela că încearcă să obțină prea multe lucruri bazându-se doar pe acțiunile lor. Dacă nu ești conștient de puterea rezonanței și nu faci niciun efort să te pui la unison cu Sursa ta, dacă te simți copleșit, mânios sau plin de resentimente și privești lucrurile din această perspectivă emoțională, după care încerci să realizezi ceva prin acțiunile tale, tu vei experimenta o lipsă dramatică de timp.

Așa cum am mai spus, nu există acțiune în această lume care să poată compensa alinierea greșită a energiilor. Dacă îți pasă ce simți și dacă încerci mai întâi să îți armonizezi

energiile, universul începe imediat să coopereze cu tine, ducându-te acolo unde dorești. *Efortul* fizic al unui om aflat într-o stare de armonie reprezintă doar o fracțiune din cel necesar unui om care se află într-o stare de dizarmonie. În schimb, *rezultatele* obținute de cel aflat într-o stare de armonie sunt de regulă infinit mai impresionante decât cele obținute de persoana aflată într-o stare de dizarmonie.

Dacă simți o lipsă acută de timp sau de bani, cel mai bun efort pe care îl poți face este acela de a te focaliza asupra gândurilor care te fac să te simți bine, de a-ți face o listă cât mai lungă cu aspecte pozitive, de a căuta noi motive pentru a te simți bine și de a face numai acele lucruri care te încântă. Dacă îți vei face timp pentru a te simți mai bine, pentru a descoperi aspectele pozitive ale situației în care te afli și pentru a te alinia astfel cu ***cel-care-ești-cu-adevărat,*** *vei obține rezultate fantastice și îți vei putea echilibra timpul într-o manieră infinit mai eficientă.*

Problema ta nu este absența timpului sau a banilor, ci incapacitatea ta de a te conecta la Sursa energetică ce creează toate lumile. Orice lipsă pe care o experimentezi poate fi împlinită exclusiv prin reconectarea la această Sursă și prin alinierea cu *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Timpul este un aspect perceptual (adică depinde de percepția fiecăruia). Chiar dacă ceasul pare să bată la fel pentru toată lumea, percepția ta va depinde întotdeauna de alinierea ta energetică și de rezultatele pe care le permiți în viața ta. Dacă îți vei face timp pentru a-ți vizualiza viața așa cum ți-o dorești, tu vei avea acces la o putere la care cei care se focalizează exclusiv asupra problemelor din viața

lor nu au acces.

Dacă vei observa enormele diferențe care există între eforturile diferiților oameni și rezultatele obținute de ei, va trebui să recunoști că ecuația realizării trebuie să includă și alți factori, nu doar acțiunea. Unii oameni beneficiază de pe urma alinierii energetice produse de gândurile pe care le emit, în timp ce alții nu permit acestei armonii să intre în viața lor, tot din cauza gândurilor pe care le emit.

Imaginează-ți că alergi pe o distanță de o milă și că în acest spațiu trebuie să treci prin 2000 de porți. Una este să fii nevoit să te oprești și să deschizi fiecare poartă în parte, și cu totul altceva ca aceste porți să ți se deschidă singure în față de îndată ce te apropii de ele. În cazul din urmă, tu nu mai trebuie să încetinești deloc ritmul alergării. *Dacă te afli în rezonanță cu Energia care creează lumile, tu nu mai trebuie să te oprești și să deschizi aceste porți. Alinierea ta energetică atrage către tine toate lucrurile pe care ți le dorești, iar acțiunile tale nu mai reprezintă decât o modalitate de a culege roadele armoniei pe care ai cultivat-o.*

Trebuie oare să muncesc mai mult?

Abraham: Tu ești un creator atotputernic care s-a întrupat în acest mediu al contrastelor știind că va putea crea orice va dori prin puterea gândurilor sale, prin direcționarea deliberată a acestora către realitatea dorită de el. Atunci când te-ai născut în această lume, tu nu ți-ai propus nicio clipă să te bazezi pe acțiunile tale pentru a crea realitatea pe care ți-o dorești.

Chiar dacă va mai dura o vreme până când vei putea integra pe deplin ideea că tu creezi prin gândurile, nu prin acțiunile tale, nu putem sublinia îndeajuns de mult importanța gândurilor și cuvintelor care descriu realitatea pe care ți-o dorești, nu cea actuală. *Dacă vei înțelege puterea imensă a gândurilor tale și îți vei orienta acest instrument atotputernic în direcția lucrurilor pe care ți le dorești, vei descoperi că acțiunile din viața ta nu reprezintă altceva decât o modalitate de a te bucura de ceea ce ai creat deja prin gândurile tale.*

Dacă te afli într-o stare de armonie interioară (care reflectă faptul că te gândești la lucruri plăcute) și simți inspirația de a acționa într-o direcție sau alta, tu te poți bucura de ambele instrumente. Dacă ești acordat pe frecvența de vibrație a Sursei și te simți inspirat să acționezi, acțiunea ți se va părea complet lipsită de efort. Mai mult, rezultatele obținute vor fi inevitabil plăcute. În schimb, acțiunea întreprinsă într-o stare de dizarmonie interioară va fi ineficientă, iar în timp te va epuiza complet.

Majoritatea oamenilor sunt atât de ocupați cu realitatea lor curentă încât nu-și mai fac timp și pentru ceea ce este cu adevărat important în viața lor. Mulți oameni ne spun că sunt atât de ocupați cu producerea banilor încât nu mai au timp să se și bucure de ei. Într-adevăr, atunci când te bazezi exclusiv pe acțiune pentru a crea, sfârșești de regulă prin a fi prea obosit pentru a te mai bucura de creația ta.

Întrebare: Munca mea este o veritabilă aventură și îmi produce o mare plăcere, dar dacă o asociez cu banii pe care îi câștig, simt o stare de tensiune și dispariția oricărei bucurii. Nu este posibil să faci o muncă plăcută și să câștigi suficienți

bani?

Abraham: Aceasta este o poveste pe care o auzim frecvent de la oamenii creativi implicați în muzică sau în artă. Ei își iubesc activitatea, dar se decid să facă din ea principala lor sursă de venit. Din păcate, în acest fel ei nu numai că se luptă ca să producă suficienți bani, dar își pierd și plăcerea inițială pe care le-o producea munca lor creatoare.

Mulți dintre acești oameni au o atitudine mai degrabă negativă față de bani, prin simplul fapt că vorbesc mai des de ceea ce nu își pot permite, adică de lipsa banilor, decât de *beneficiile* acestora. O altă greșeală pe care o fac acești oameni este că se gândesc mult prea mult la experiențele lor actuale, nu la cele pe care ar dori să le trăiască. Fără să-și propună în mod deliberat acest lucru, ei se gândesc așadar la bani din perspectiva lipsurilor.

Atunci când asociezi un gând legat de o activitate care îți place – cum ar fi aventura ta, muzica sau arta – cu unul legat de lipsa de bani, care este de regulă mult mai puternic decât primul, întrucât îți ocupă mintea foarte mult timp, balanța gândurilor va înclina în mod firesc către gândul dominant (și către emoția asociată cu el).

Dacă vei petrece mai mult timp vizualizând ceea ce îți dorești și mai puțin timp observând realitatea *curentă,* adică dacă îți vei spune o nouă poveste de viață, mai frumoasă decât cea precedentă, în timp *aventura* ta va deveni vibrația ta dominantă, iar plăcerea pe care ți-o produce ea va atrage către tine alte venituri, mai satisfăcătoare.

Nu există modalitate mai bună de a câștiga bani decât aceea de a face ce-ți place. Banii pot intra în experiența ta

de viață pe cele mai diferite canale. Nu alegerea meseriei limitează acest flux de bani, ci atitudinea ta față de ei.

Așa se explică de ce apar tot timpul atâtea piețe de nișă care le permit unor oameni să devină foarte bogați, deși acționează într-un domeniu care până recent nu era considerat comercial. Tu ești creatorul propriei tale realități, al propriei tale piețe și al propriului tău flux financiar.

Nu este corect să afirmi despre anumite activități că sunt ***grele****, în timp ce altele sunt* ***ușoare****. Întotdeauna, activitățile care sunt în armonie cu dorințele tale ți se vor părea ușoare, iar cele care nu sunt în armonie cu ele ți se vor părea grele și vor opune rezistență.*

Ori de câte ori desfășori o activitate pe care o asociezi cu o luptă, încearcă să înțelegi că la baza ei stau gândurile tale contradictorii, care introduc o anumită rezistență în ecuație. Această rezistență este cauzată de faptul că te gândești la ceva ce nu îți dorești, iar acest lucru te obosește.

„Vechea" mea poveste legată de carieră. Un exemplu

De când mă știu am lucrat din greu în toate slujbele pe care le-am avut, dar nimeni nu m-a apreciat vreodată pentru munca mea. Întotdeauna mi s-a părut că patronii profită de mine, storcându-mă ca pe o lămâie și oferindu-mi în schimb o răsplată infimă. M-am săturat să muncesc din greu pentru aproape nimic. De acum înainte o să mă prefac

că muncesc și o să pierd cât mai mult timpul. Nu are niciun rost să scot untul din mine dacă nimeni altcineva nu observă acest lucru. Mulți dintre colegii mei de muncă știu mai puțină meserie decât mine, muncesc mai puține ore, dar câștigă mai mulți bani. Nu mi se pare corect.

„Noua" mea poveste legată de carieră. Un exemplu

Știu cu siguranță că nu voi face această muncă pentru totdeauna. Am înțeles de mult timp că lucrurile evoluează în permanență și îmi face plăcere să anticipez direcția către care mă îndrept.

Deși multe lucruri ar putea fi îmbunătățite la actualul meu loc de muncă, nu-mi fac probleme, întrucât știu că „prezentul" se schimbă în permanență, transformându-se în ceva mai bun. Îmi face plăcere să știu că dacă voi privi numai aspectele pozitive ale actualului meu loc de muncă, acestea vor deveni din ce în ce mai predominante în experiența mea de viață.

Este plăcut să știi că până la urmă lucrurile se rezolvă întotdeauna dacă gândești pozitiv, și abia aștept să primesc noi și noi dovezi care să-mi confirme acest lucru. De altfel, primesc astfel de dovezi în fiecare zi.

Așa cum spuneam mai devreme, nu există o manieră corectă sau greșită de a-ți spune noua poveste de viață. Ea se poate referi la experiențele tale actuale, la cele din trecut

sau la cele din viitor. Singurul lucru care contează este să fii conștient de intenția ta de a-ți îmbunătăți povestea vieții, astfel încât să te simți mai bine în pielea ta. Cu cât îți vei spune mai multe astfel de povești scurte de-a lungul zilei, cu atât mai ușor îți va fi să îți schimbi punctul de atracție. Important este să nu uiți că povestea pe care ți-o spui va sta la baza noii tale vieți de acum înainte. De aceea, spune-o exact așa cum îți dorești să trăiești.

A sosit timpul să îmi spun o nouă poveste

Vechea mea poveste se referea la...

... acele lucruri care nu au mers bine în viața mea.
... acele lucruri care nu corespund idealurilor sau aspirațiilor mele, sau care mi se par nedrepte.
... alte persoane, care m-au dezamăgit.
... alte persoane, care nu au fost sincere cu mine.
... faptul că nu am suficienți bani.
... faptul că nu am suficient timp.
... neplăcerea produsă de rutina vieții mele.
... neplăcerea produsă de diferite situații pe care le-am experimentat întreaga mea viață.
... neplăcerea produsă de felul în care au evoluat lucrurile în ultima vreme.
... nedreptatea pe care o văd pretutindeni în jur.
... alte persoane, care nu mă înțeleg.
... alte persoane, care nu fac niciun efort.
... alte persoane, care sunt capabile de mai mult, dar

care nu-și dau osteneala.
... insatisfacția provocată de felul în care arăt.
... grijile legate de sănătatea mea.
... oamenii care profită de pe urma celorlalți.
... oamenii care doresc să mă controleze.

Noua mea poveste se referă la...
... aspectele pozitive ale situației mele curente.
... felul în care mi-aș dori să evolueze lucrurile.
... mulțumirea produsă de felul în care evoluează deja lucrurile.
... felul în care funcționează *Legea Atracției*, care controlează întreaga realitate.
... abundența care se revarsă tot timpul asupra mea.
... faptul că timpul depinde de percepția mea, fiind de fapt nesfârșit.
... cele mai frumoase lucruri care îmi sar în ochi.
... cele mai frumoase amintiri din viața mea.
... înflorirea rapidă a vieții mele.
... cât de uimitoare, de interesantă și de minunată este această lume în care trăim cu toții.
... cât de incredibilă este varietatea care mă înconjoară de pretutindeni.
... cât de hotărâți și de eficienți sunt foarte mulți dintre oameni.
... cât de mare este puterea gândurilor mele.
... toate aspectele pozitive legate de corpul meu.
... stabilitatea corpului meu.
... mecanismul prin care fiecare om își creează propria

realitate.
... libertatea mea absolută și fericirea pe care mi-o produce ea.

Toate componentele experienței tale de viață sunt atrase către tine de atotputernica *Lege a Atracției,* care reacționează astfel la gândurile tale și la povestea pe care ți-o spui în legătură cu propria ta viață. Banii și activele tale financiare; bunăstarea ta corporală (starea ta de sănătate), claritatea mentală, flexibilitatea, forma și mărimea corpului tău; mediul în care muncești, felul în care ești tratat la serviciu, satisfacția pe care ți-o produce munca și răsplata financiară pe care ți-o aduce ea, pe scurt, fericirea de care te bucuri în general în viață – toate depind de povestea pe care ți-o spui în legătură cu viața ta. *Dacă îți vei stabili ca intenție dominantă dorința de a-ți revizui și de a-ți îmbunătăți povestea pe care ți-o spui zilnic despre propria ta viață, îți promitem în mod solemn că viața ta va deveni din ce în ce mai bună, imitând povestea pe care ți-o spui. Garanția acestei promisiuni este atotputernica* ***Lege a Atracției!***

TRANSCRIEREA UNEI TRANSMISII ÎN DIRECT A LUI ABRAHAM: UN SEMINAR PE TEMA *LEGII ATRACȚIEI*

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Poți vorbi de o rezonanță energetică?

Bună dimineața. Suntem încântați că vă aflați cu toții aici. Este plăcut să ne strângem cât mai mulți în scopul de a cocrea, nu crezi? Știi ce îți dorești de la viață? Chiar așa!? Ei bine, noi credem că tu crezi că știi, dar numai într-o anumită măsură. Cu alte cuvinte, faptul că știi ce *nu* îți dorești te ajută să afli ce *îți dorești,* nu-i așa?

Să ne exprimăm altfel. Crezi că te afli în rezonanță energetică cu dorințele tale, atrăgându-le astfel către tine? Chiar așa!? Ei bine, îți vom spune noi cum poți fi sigur dacă te afli sau nu într-o rezonanță energetică cu dorințele tale: dacă viața ta reprezintă o împlinire continuă a dorințelor tale, înseamnă că ești în rezonanță cu ele. Ori de câte ori te afli în rezonanță cu ceea ce îți dorești, tu trăiești realitatea respectivă. De pildă, dacă te afli în rezonanță cu *dolarii* pe care viața te-a determinat să ți-i dorești, înseamnă că deja îi ai, că deja îi cheltuiești, că ai deja acces la ei oricând dorești. La fel, dacă te afli în rezonanță cu *relația* de cuplu

BCU BUCUREȘTI UNIVERSITY LIBRARY

pe care viața te-a determinat să ți-o dorești, înseamnă că deja te afli în mijlocul ei.

După cum vezi, a fost o întrebare-capcană (nu trebuie să te simți prost din această cauză). Pe majoritatea prietenilor noștri din planul fizic dacă îi întrebi: *„Tu știi ce îți dorești de la viață?"*, ei cred că întrebarea se referă la acele lucruri pe care și le doresc, dar care nu s-au materializat încă în viața lor. Altfel spus, *pe care încă și le doresc.*

O femeie ne-a spus odată, pe când încercam să o convingem să se focalizeze asupra unor aspecte mai pozitive, dându-i chiar o listă cu subiecte posibile la care ar putea să se gândească: „O, Abraham, nu îmi doresc toate aceste lucruri! Eu îmi doresc altceva". Ea se referea de fapt la acele lucruri pe care și le dorea, dar care nu s-au materializat încă în viața ei.

Noi dorim să te ajutăm să înțelegi că dacă te vei gândi la lucrurile pe care ți le dorești din perspectiva lipsei, adică a faptului că nu s-au materializat încă în viața ta (că lipsesc din experiența ta de viață), și ce este mai important, dacă asociezi această lipsă cu o emoție negativă, cum ar fi frustrarea datorată faptului că nu s-au materializat încă sau dezamăgirea provocată de faptul că ele s-au materializat în viața altcuiva, dar nu și în a ta, atunci poți fi sigur că emoția ta negativă îți indică frecvența vibrației pe care o emiți în mod regulat (i-am putea spune chiar o vibrație cronică, ceea ce reprezintă definiția *convingerii),* care face ca lucrurile dorite de tine să rămână într-o poziție suspendată, undeva în spațiul energetic, fiindu-le imposibil să se apropie de tine. Așa se explică de ce atât de mulți oameni trăiesc foarte mult timp în aceeași situație, pe care par incapabili să o schimbe.

Nu ai cunoscut niciodată astfel de oameni: care au o relație dizarmonioasă, de care se plâng ori de câte ori se întâlnesc cu tine, după care pun capăt acestei relații, dar numai pentru a se arunca în brațele unei alte relații la fel de dizarmonioase, despre care continuă să se plângă, ca și cum nimic nu s-ar fi schimbat în viața lor?

Dacă ai o memorie bună și dacă îi asculți cu atenție (sau poate că vorbim chiar *de tine),* nu poți să nu remarci că deși personajele și locurile se schimbă în experiența lor de viață, esența acestei experiențe pare să rămână mereu aceeași... Este ca și cum s-ar recăsători mereu și mereu cu aceeași persoană! (Râsete) Sau ca și cum s-ar muta din nou și din nou în aceeași casă, cu aceleași probleme și cu aceiași vecini!

Jerry îi spune lui Esther: „Încă te mai gândești la problemele acelea cu podeaua, nu-i așa?", întrucât de fiecare dată când cei doi s-au mutat într-o casă nouă, au avut probleme cu podeaua.

Esther i-a răspuns: „Asta pentru că îmi pasă de podea".

Jerry: „Evident. Dacă nu te-ai gândi tot timpul la podele, poate că am găsi și noi o casă cu o podea *perfectă*". (Râsete)

Cam așa sună tiparele tale mentale, iar *Legea Atracției* te ajută să îți întărești aceste tipare (așa cum spuneam, o convingere nu este altceva decât un gând la care te gândești tot timpul). Încă de la începutul experienței tale de viață, aceasta din urmă te-a ajutat să îți dezvolți anumite tipare mentale. Unele dintre ele ți-au fost predate de cei din jur. Altele au rezultat ca urmare a observațiilor tale, pe care le-ai comentat și de care ți-ai adus aminte mai târziu, atrăgând

din nou aceleași experiențe, fapt care ți-a întărit și mai mult convingerile inițiale (după care cercul vicios s-a repetat).

Viața în această dimensiune este cât se poate de interesantă, nu-i așa? Nici nu apuci să vorbești bine despre ceva că acesta apare deja în viața ta. Așa apar în viața ta *adevărurile* personale: „La început nu eram sigur, dar apoi m-am gândit o vreme la acest aspect. De când am început să-i acord atenția mea, am început să îl văd pretutindeni, așa că acum *cred* cu toată convingerea în el. De când am început să cred în el, s-a manifestat cu și mai multă intensitate în viața mea".

Minunat, nu-i așa? – spunem noi... Da, e minunat, dar numai dacă aspectul respectiv este unul plăcut. Dacă repeți tipare mentale asociate cu lucrurile pe care *nu* ți le dorești – și, Doamne, cât de bine vă pricepeți cu toții la așa ceva! – lucrurile nu mai par la fel de minunate... Oamenii și-au creat chiar un fel de teorie a Conștiinței Colective care sună cam așa: dacă nu vom bate toba povestindu-le tuturor ce ni s-a întâmplat, cu siguranță vom repeta aceeași istorie.

Noi afirmăm însă că adevărul este exact pe dos: cu cât bați mai mult toba în legătură cu un anumit subiect, cu atât mai mult îți activezi vibrația care corespunde esenței sale. Cu cât această vibrație devine mai activă în ființa ta, cu atât mai des vei repeta același fenomen, în virtutea *Legii Atracției*. Cu cât *Legea Atracției* atrage mai mult același fenomen în viața ta, cu atât mai ușor îți este să îl observi. Cu cât îl observi mai ușor, cu atât mai mult vorbești despre el; altfel spus, cu atât mai mult bați toba în legătură cu el, emanând într-o mai mare măsură vibrația lui corespondentă. Iar cercul vicios se repetă la infinit.

Cu cât emani mai intens vibrația unui fenomen, cu atât mai frecvent te vei confrunta cu el, în virtutea ***Legii Atracției.*** *Cu cât* ***Legea Atracției*** *îl atrage mai mult în viața ta, cu atât mai intens îl vei experimenta, cu atât mai mult vei vorbi despre el, cu atât mai tare vei bate toba în legătură cu el, și cu atât mai intensă va fi vibrația pe care o emani la unison cu el... Cu cât va fi mai intensă vibrația pe care o emani la unison cu el, cu atât mai rapid îl observi, cu atât mai mult vorbești despre el și cu atât mai mult te vei confrunta cu fenomenul respectiv, în virtutea* ***Legii Atracției****... Și am putea continua astfel la infinit. (Râsete). Însăși experiența ta de viață îți demonstrează că:* ***nu îți poți spune la infinit aceeași poveste fără a continua să trăiești în aceleași circumstanțe.***

De aceea am numit conferința noastră: *Arta de a-ți spune o poveste diferită.* Dacă îți vei schimba povestea pe care ți-o spui singur despre viața ta, introducând în ea așteptările tale, dorințele tale, vibrațiile pe care le dorești, *Legea Atracției* va răspunde la aceste gânduri noi ale tale, *deliberat* cultivate, oferindu-ți exact ceea ce *îți dorești,* nu doar ceea ce *observi.*

Tu ești întotdeauna una cu Sursa de energie

Este extrem de interesant pentru noi să-i ascultăm pe prietenii noștri umani care ne spun că principalul motiv pentru care vorbesc frecvent despre un anumit subiect este

că acesta este „adevărat". Pretextul este destul de subțire, întrucât există foarte multe fațete ale adevărului. De fapt, *adevărul* nu înseamnă altceva decât că cineva i-a acordat atenția sa, a început să vibreze la unison cu el, după care *Legea Atracției* i l-a adus pe tavă, iar el l-a putut observa din nou. Observându-l, el a început să vibreze și mai puternic pe vibrația lui, după care... ah, dar ni se pare că v-am spus deja această poveste. (Râsete). Singurul motiv pentru care un lucru devine adevărat în experiența de viață a unei persoane este că aceasta din urmă i-a acordat atenția sa, vibrând la unison cu el.

Tu îți creezi propria realitate, indiferent dacă ești conștient sau nu de acest lucru. Dacă ai fi conștient, ai putea face acest lucru în mod *deliberat.* Nimeni nu își poate bloca în totalitate vibrațiile. Orice ai face, tu emani o vibrație, iar *Legea Atracției* îți răspunde la ea. De aceea, nu vedem de ce nu ai face acest lucru într-o manieră intenționată.

Mulți oameni ne spun: „Păi, eu chiar fac acest lucru într-o manieră intenționată. Emit în mod deliberat anumite vibrații, întrucât sunt conștient de lucrurile pe care *nu* mi le doresc, așa că mă asigur cât pot că aceste lucruri *nu* vor mai apărea în experiența mea. Lasă-mă să îți spun toate lucrurile pe care *nu* mi le doresc, pentru a mă asigura astfel că niciunul dintre acestea *nu* va veni la mine. Este o listă lungă. Am conceput-o o viață întreagă, și crede-mă, mă pricep de minune la acest lucru. [Râsete]. Mai mult decât atât, îți pot prezenta această listă într-o manieră inteligentă, chiar amuzantă. Te pot face să râzi povestindu-ți problemele cu care m-am confruntat în această viață. I-am distrat pe mulți

oameni în acest fel de-a lungul anilor. [Râsete]. Așadar, așează-te confortabil și ascultă de ce nu merge viața mea așa cum mi-aș dori eu să meargă. După ce voi repeta din nou această poveste (pe care am relatat-o de mii de ori până acum), voi ruga *Legea Atracției* să mă asculte și să îmi trimită exact opusul ei".

Noi spunem altceva: *Legea Atracției* este un prieten de nădejde. Ea imită întotdeauna perfect vibrația ta. Și dorim să îți repetăm că cel mai bun indiciu care atestă în ce constă această vibrație pe care o emani – rezultanta ta energetică, punctul tău de atracție, rezonanța pe care o atragi în viața ta – sunt emoțiile tale.

Ceea ce simți indică rezultanta ta energetică. Și iată de ce: tu ești o sursă energetică manifestată printr-un corp fizic. Mulți oameni realizează intuitiv acest lucru. Ei vorbesc despre *Dumnezeu,* despre *Sursă,* despre *suflet,* despre *cer* și despre *îngeri,* încercând prin toate aceste imagini să se focalizeze asupra esenței eterne a *celui-care-sunt-cu-adevărat.* Mulți dintre voi au crezut cu mult timp înainte de a ne cunoaște pe noi că există o viață înainte de întruparea în acest corp fizic, care va continua probabil și după despărțirea de el. Noi dorim să îți atragem însă atenția că toate aceste povești sunt un fel de basme pentru copii. [Râsete].

Tu ești o Ființă Eternă. De aceea, nu poți fi nici mort, nici viu. Nu poți fi mai întâi un înger, iar apoi o ființă muritoare. Nu poți trăi mai întâi în lumea de dincolo, la sânul Sursei, iar apoi în această lume, în afara Ei. *Tu ești întotdeauna una cu Sursa de energie; ești înainte de toate*

vibrație. Această ființă fizică pe care o cunoști și toate formele solide care te înconjoară în această dimensiune nu reprezintă altceva decât interpretări create de tine ale vibrațiilor acestei lumi minunate.

Tu te afli în această lume, focalizat asupra corpului fizic, dar trăiești de fapt într-o lume a gândurilor. Această dimensiune fizică este fascinantă, dar este foarte important să înțelegi că nu *întreaga* ta ființă s-a identificat cu acest corp fizic. Partea cea mai mare a ființei tale va rămâne de-a pururi stabilă în dimensiunea Non-Fizică, pură, pozitivă, în Sursa forței vitale, în energia iubirii. Această parte este *cel-care-ești-cu-adevărat,* iar conștiința ta fizică reprezintă doar un fragment din ea.

La fel cum persoana care participă la seminarul nostru de astăzi nu reprezintă totalitatea *celui-care-ești-cu-adevărat* (tu ești în același timp mamă sau tată, frate sau soră, mecanic sau contabil etc.), există numeroase aspecte din viața ta care nu se petrec aici și acum, în timp ce tu îți focalizezi atenția asupra noastră. De aceea, dorim să înțelegi că, dintr-o perspectivă mai vastă, cea mai mare parte a ființei tale este focalizată asupra dimensiunii Non-Fizice, profitând de avantajele întrupării tale în acest corp fizic.

Tot ce există a fost la început o vibrație mentală

Ai înțeles faptul că înainte de a te întrupa în acest corp fizic, tu ai fost una cu Sursa ta energetică? Dar faptul că

această Sursă continuă să facă parte integrantă din ființa ta, însă rezidă într-o altă dimensiune, Non-Fizică? Procesul este comparabil cu electricitatea care trece prin cablurile din zidurile casei tale, alimentând prăjitorul tău de pâine. Cineva ar putea întreba: „De ce nu putem spune că electricitatea este *chiar* prăjitorul de pâine?" Noi îi răspundem: pentru că electricitatea este electricitate, iar prăjitorul de pâine este un prăjitor de pâine. În mod similar, Sursa ta energetică este Sursa ta energetică, în timp ce corpul fizic este „prăjitorul de pâine". Cele două aspecte nu pot funcționa însă separat. Cât timp îți vei păstra această formă fizică, tu te vei afla în plin proces de explorare. Vei cunoaște o realitate, dar vei ajunge la o concluzie diferită, la care Sursa îți va spune: „Sunt de acord, așa că am devenit echivalentul energetic al noii tale realități".

Nu este foarte ușor să îți transmitem tot ceea ce știm despre creația lumii voastre – a planetei voastre, a *viețiide pe planeta Pământ,* după cum o numiți voi – dar dorim să știi că tot ceea ce voi numiți manifestare (adică obiecte fizice pe care le puteți observa cu simțurile voastre) a fost mai întâi de toate o vibrație. *Tot ce există este mai întâi de toate un gând. Dacă cineva își focalizează atenția o perioadă suficientă de timp asupra acestui gând, el începe să prindă formă în realitatea fizică.*

Oamenii sunt foarte siguri de realitatea în care trăiesc, întrucât observă și sunt de acord unii cu alții în privința multor elemente comune din mediul lor. Ei au ajuns să își măsoare realitatea spațio-temporală într-o manieră în care sunt cu toții de acord. Ei își spun: „Noi vedem această

cameră. O putem măsura și suntem cu toții de acord că are o anumită dimensiune. Noi știm totul despre măsurători, despre metri pătrați și despre distanțe. Cei mai mulți dintre noi înțelegem culorile și suntem de acord asupra lor. Noi ne înțelegem în privința unui număr atât de mare de lucruri deoarece ne folosim de simțurile noastre fizice pentru a descifra vibrațiile la care avem acces".

Ceea ce dorim noi să înțelegi (și știm că nu este deloc ușor, întrucât realitatea din mediul vostru fizic pare atât de solidă, de permanentă, de statică și de reală) este că: *toată această realitate reprezintă vibrații în mișcare, interpretate de cei care le percep.*

Ceea ce vezi cu ochii nu este altceva decât o interpretare imagistică a vibrațiilor pe care le percepi. La fel și ceea ce auzi cu urechile, ceea ce miroși, guști sau simți cu palmele tale. Dat fiind că ați făcut aceste lucruri de foarte mult timp și ați fost cu toții de acord în privința celor mai multe dintre ele, voi ați creat împreună această realitate statică ce reprezintă un fundament minunat, pe care puteți sta cu toții. Noi dorim să înțelegi însă că această *realitate* pe care o consideri atât de solidă și de stabilă nu este deloc statică, ci se află într-o continuă schimbare. Ea se schimbă exact atât de rapid cât îi *permiteți* voi, cei aflați în dimensiunea fizică.

Noi dorim astfel să înțelegi cum arată lumea ta dacă este privită prin ochii Sursei. Dacă vei începe să îți privești lumea prin ochii Sursei, tu îți vei schimba punctul de vedere, vei învăța să întorci și celălalt obraz, să îți retragi atenția de la acele aspecte ale vieții pe această planetă pe care nu dorești să le mai trăiești în viața ta, predându-le apoi mai departe

copiilor tăi. Vei începe în schimb să îți orientezi atenția asupra acelor aspecte pe care *îți dorești cu adevărat* să le mențiii în vibrația ta, astfel încât *Legea Atracției* să poată răspunde la ele.

Nu trebuie să-ți faci griji în privința răspunsului *Legii Atracției,* întrucât aceasta este întotdeauna activă. ***Legea Atracției nu își încetează nicio clipă activitatea.*** Altfel spus, *tu primești întotdeauna înapoi vibrațiile pe care le emani.* Ceea ce puțini oameni înțeleg însă este faptul că *Legea Atracției* reacționează la două aspecte ale Ființei lor: *la cea Non-Fizică și la cea fizică.* Așa cum am mai explicat, partea Non-Fizică a ființei este întotdeauna focalizată asupra planului Non-Fizic (îți poți imagina de cât timp durează acest proces?), *în timp ce partea fizică a ființei este focalizată asupra planului fizic, dar numai de când te-ai întrupat în acest corp, adică nu de foarte mult timp.*

Așadar, *Legea Atracției* reacționează la două părți diferite ale Ființei tale. Ceea ce dorim noi să înțelegi este că partea Non-Fizică a Ființei tale este de departe partea care predomină. Interesant este faptul că *Legea Atracției* nu răspunde numai la cel care ai fost înainte de a te naște în acest corp fizic, ci și la *cel-care-ești-cu-adevărat* ca rezultat al faptului că te afli în acest corp. Îți poți imagina tu faptul că această parte infinit mai mare a ființei tale crește și își continuă procesul devenirii profitând de actuala ta experiență de viață? Poți înțelege tu faptul că acesta este principalul motiv pentru care te-ai născut în această viață?

Oamenii au inventat de regulă tot felul de explicați stupide, de genul: „Deci Sursa este perfectă, iar eu am fost

trimis aici ca să învăț cum să devin perfect. În acest scop, Sursa mi-a dat tot felul de *Legi,* care mă ajută să învăț. Cu cât voi învăța și voi persevera mai mult, cu atât mai mult mă voi apropia de perfecțiunea Sursei mele". Noi dorim să înțelegi că *Sursa de care vorbești se află în permanență înlăuntrul tău. Tu nu te afli nicio clipă în afara ei. Orice ai face, Sursa nu te va părăsi vreodată, dar tu îți poți da seama după ceea ce simți dacă gândurile tale din acest moment se află sau nu la unison cu cele ale Sursei tale.*

Dacă simți o stare de *iubire* față de tine sau față de o altă persoană, tu te afli într-o rezonanță perfectă cu Sursa dinlăuntrul tău. Dacă simți o stare de *ură* sau de *mânie* față de altcineva sau față de tine însuți, tu te îndepărtezi singur de vibrația Sursei tale, iar această diferență de vibrație se manifestă prin emoția ta negativă. Oricare ar fi intensitatea acestei *emoții negative* (mai mare sau mai mică), ea reflectă perfect gradul în care te-ai îndepărtat de plenitudinea *celui-care-ești-cu-adevărat.*

Dacă accepți să îți urmezi dorințele aflate la unison cu cele ale Sursei tale, tu simți o stare de *pasiune,* de *entuziasm,* de *iubire,* de *siguranță,* de *flexibilitate* și de *vitalitate.* Altfel spus, te simți *încărcat cu energie, îndrăgostit de viață.* Asta înseamnă să fii una cu *cel-care-ești-cu-adevărat.* Invers, dacă simți o stare de *frustrare,* de *epuizare,* de *depresie,* de *mânie,* de *teamă* sau de *dezamăgire,* înseamnă că te îndepărtezi din ce în ce mai mult de *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Pe scurt, noi dorim să înțelegi că *emoțiile pe care le simți reprezintă întotdeauna (indiferent dacă simți o stare de* ***iubire*** *sau una de* ***disperare****) cel mai bun indicator al*

relației energetice dintre cel care ai devenit din cauza circumstanțelor vieții și cel care ai putea fi chiar în acest moment, în funcție de gândurile asupra cărora îți focalizezi atenția.

Urmărește Ghidarea care ți se oferă clipă de clipă! Urmărește să te afli în permanență în legătură cu *cel-care-ești-cu-adevărat*, cu ceea ce îți dorești sincer și cu destinația la care dorești să ajungi. Pe scurt, urmărește *Sistemul sofisticat de Ghidare* care îți stă în permanență la dispoziție, cu singura condiție să știi să îl interpretezi.

Sistemele voastre de navigație pe care le folosiți pentru vehiculele voastre nu sunt foarte diferite de acest Sistem de Ghidare. Ele știu întotdeauna unde te afli, iar dacă introduci în program destinația dorită, sistemul îți poate calcula cea mai bună rută care te poate conduce din punctul în care te afli către punctul în care dorești să ajungi. Exact la fel funcționează și *Sistemul tău de Ghidare*.

Să spunem că te afli într-un punct în care nu ești deloc satisfăcut de banii pe care îi ai, de relația ta de cuplu sau de starea ta de sănătate. Din cauza acestor experiențe contrastante, tu trimiți către univers rachetele dorințelor tale, cerând condiții mai bune de viață, întrucât experiențele *neplăcute* te ajută să înțelegi ce anume *îți dorești* de la ea. Sursa dinlăuntrul tău nu numai că acceptă să călătorească în aceste rachete, dar se transformă în echivalentul energetic al noului tău eu, mai dezvoltat și mai lucid.

Întrebarea pe care dorim să ți-o punem este următoarea: *ești tu capabil în clipa de față, prin gândurile și prin cuvintele tale, să ții pasul cu tine însuți, cu cel care ai devenit*

în urma presiunilor vieții? Dacă răspunsul tău este afirmativ, înseamnă că ești racordat la Sursa ta și că te simți extraordinar. Înseamnă că ești de acord să fii una cu această variantă extinsă a propriei tale ființe. *Înseamnă că privești lumea prin ochii Sursei.*

Dacă simți o stare de emoție negativă, înseamnă că ceva din lumea exterioară ți-a captat atenția. Noi știm că ceea ce ți-a captat atenția este o realitate autentică, nu inventată de tine. Altfel spus, știm că tu observi o realitate exterioară, fără să-ți propui neapărat să uiți de *cel-care-ești-cu-adevărat.* Din păcate, ori de câte ori simți o emoție negativă, tu faci exact acest lucru: te separi de *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Poți trăi o viață la unison cu Sursa ta?

Dorim să-ți arătăm în continuare cum îți poți recunoaște *Scala de Ghidare* și cum o poți utiliza mai eficient, clipă de clipă. Dorim ca tu să părăsești această adunare cu o convingere nouă că ceea ce simți este extrem de important, întrucât emoțiile tale reprezintă cel mai bun indicator al alinierii sau nealinierii tale cu *cel-care-ești-cu-adevărat.* Alinierea cu acesta înseamnă că tu permiți totalității *celui-care-ești-cu-adevărat* să fie prezentă în momentul de față, în timp ce nealinierea cu el înseamnă că opui rezistență în fața esenței tale.

Mulți oameni se deplasează prin viață ca niște umbre palide ale *celor-care-sunt-cu-adevărat.* De pildă, mamele țipă mânioase la copiii lor, deși aceștia reprezintă tot ce

iubesc ele mai presus pe această planetă. Ele își pierd controlul și nu știu cum să se mențină în vibrația iubirii, din cauza circumstanțelor exterioare ale vieții. Noi dorim ca tu să începi să te folosești de aceste contraste într-o manieră *deliberată, conștientă și totală.*

Noi dorim ca tu să înțelegi care sunt componentele vieții. Dacă vei înțelege *cine-ești-cu-adevărat,* ce simte *cel-care-ești-cu-adevărat,* și dacă te vei pune la unison cu emoțiile sale, tu vei intra într-o rezonanță din ce în ce mai profundă cu acesta. De îndată ce vei începe să emani vibrațiile care provin din esența Ființei tale, puterea ta de influență va deveni atât de mare încât cei din jurul tău vor rămâne uimiți de siguranța cu care te vei deplasa prin viață. Dacă te vei pune la unison cu *cel-care-ești-cu-adevărat, Legea Atracției* te va înconjura și va atrage către tine cele mai minunate oportunități, care te vor conduce pas cu pas către o experiență de viață din ce în ce mai fericită, mai satisfăcătoare și mai complexă.

Nu mai vorbim de data aceasta de mecanismul prin care, știind ce *nu* îți dorești, tu îți poți da seama ce anume *îți dorești* de la viață, atrăgând apoi către tine situațiile dorite. Nu mai vorbim de zecile, sutele sau chiar miile de lucruri pe care ți le dorești, ci de reorientarea conștiinței tale pentru a înțelege de ce te afli în acest corp și în această dimensiune.

Tu nu te-ai născut în această lume fizică pentru a îndeplini diferite „sarcini", pentru a identifica lucrurile pe care ți le dorești și pentru a le materializa apoi în experiența ta de viață pornind de la premisa că manifestarea lor este de preferat absenței lor din viața ta. Tu te-ai născut în această

lume pentru a identifica ce anume îți dorești, pentru a începe să te deplasezi în direcția respectivă, astfel încât să te poți bucura plenar de Fluxul Vieții, care este constant și etern. Ceea ce îți dorești tu mai presus de orice este să devii una cu *cel-care-ești-cu-adevărat*, nu să te opui curentului său vital.

Legea Atracției și răspunsul ei la noul tău eu atotputernic creează un curent vital care te face să te simți ca un râu care curge în permanență către destinația vieții tale. Dacă te vei lăsa *purtat* de acest curent, tu vei simți numai emoții pozitive. În schimb, dacă te *vei opune* curentului, vei simți această stare de opoziție sau de blocaj pe toate nivelele ființei tale, inclusiv la nivelul corpului fizic. Vei simți acest blocaj deoarece nu te vei identifica cu *cel-care-ești-cu-adevărat*, iar această contradicție energetică te va strivi, te va face să te simți groaznic, îți va distruge corpul și întreaga viață. În acest fel, te va împiedica și mai tare să fii una cu *cel-care-ești-cu-adevărat*.

Atunci când vei da ortul popii, totul se va sfârși pentru tine, pentru că atunci când dai ortul popii (ne place această expresie lipsită de respect, întrucât noi nu considerăm că există moarte, așa că trebuie să fim cât mai lipsiți de respect față de această idee), adică atunci când vei trece prin experiența morții, tu vei înceta să mai bați toba în privința tuturor lucrurilor pentru care ți-ai făcut griji atât timp cât te-ai aflat în corpul fizic, iar vibrația *celui-care-ești-cu-adevărat* va deveni în sfârșit predominantă în ființa ta.

Într-o singură clipă, tu vei deveni acea Ființă către care te-au condus toate experiențele tale de viață de până atunci.

Noi dorim însă să-ți atragem atenția că nu trebuie să aștepți neapărat să mori pentru a trăi această experiență. Tu poți foarte bine să rămâi în acest corp fizic, acordându-te în permanență – clipă de clipă, zi după zi, prin focalizarea asupra *sentimentelor* tale – cu vibrația centrală a Ființei tale. Pe măsură ce te vei pune din ce în ce mai mult la unison cu *cel-care-ești-cu-adevărat*, tu vei începe să înțelegi cât de frumoasă este viața și cât de bine te poți simți trăind-o. Acesta este unicul scop al vieții.

Jerry și Esther au trăit vara trecută o experiență minunată: ei au făcut o excursie cu barca de-a lungul unui râu, împreună cu un grup mai mare de oameni: șase adulți care au intrat în aceeași barcă și zeci de elevi de liceu care au intrat în alte bărci. Toată lumea s-a distrat de minune, nu doar vâslind și cârmindu-și bărcile astfel încât să păstreze cursul râului, dar și stropindu-se unii pe alții cu apă (și trebuie să menționăm că nu elevii de liceu au fost cei care au început acest joc, ci prietenii lui Jerry și Esther...). Cert este că toată lumea s-a udat și s-a distrat de minune până când au ajuns la capătul călătoriei lor. Interesant este că nimănui nu i-a trecut prin minte să vâslească *împotriva* curentului. De altfel, curentul rapid al râului de munte ar fi împiedicat orice tentativă de acest fel, lucru care li se părea evident tuturor celor de față.

Nu întâmplător, primul lucru pe care l-a spus ghidul grupului a fost: „Prieteni, nu ne aflăm în Disneyland și nu ne putem juca cu acest râu", referindu-se la puterea curentului. Noi îți spunem exact același lucru: puterea râului vieții este uriașă și nimeni nu se poate juca cu ea. Tu ai

început să călătorești de-a lungul acestui râu cu mult timp înainte să te întrupezi în acest corp fizic, dar după ce te-ai întrupat, cursul râului a devenit mult mai rapid. Ori de câte ori îți dai seama ce *nu îți dorești* de la viață și emiți o dorință *contrarie*, viteza de curgere a râului devine încă și mai rapidă.

Motivul pentru care râul curge din ce în ce mai rapid este acela că ori de câte ori identifici – pe orice nivel al Ființei tale – o preferință sau o dorință care ți-ar putea schimba viața în bine, partea Non-Fizică a Ființei tale îmbrățișează în totalitate acel gând, investind atâta energie în el, până când îl transformă în realitate. Cu cât *Legea Atracției* răspunde mai puternic acestei vibrații ferme, cu atât mai atras te simți către materializarea ei. (Înțelegi acest mecanism?)

Este foarte important să înțelegi cât de rapid curge acest râu al vieții și cât de crucial este să te lași dus de el fără să i te opui în niciun fel. Dacă te lași purtat în direcția devenirii tale, tu percepi imediat puterea acestei absențe a oricărei opoziții, manifestată prin deschiderea tuturor ușilor și printr-o stare de bunăstare ieșită din comun. În schimb, dacă te opui curentului, simți și mai puternic forța acestuia, manifestată printr-o stare de dizarmonie și blocaj. Acesta este rolul mecanismului emoțiilor în viața ta.

Dacă simți o emoție negativă, ea nu poate fi tradusă decât într-un singur fel: menirea ta este să devii (să fii, să ai...) ceva mai mult decât îți permite să devii (să fii, să ai...) acest gând, această acțiune, această poveste de viață pe care ți-o spui. Altfel spus, „Viața mă ajută să știu că îmi doresc mai mulți bani, astfel încât Sursa mea energetică să devină o Ființă mai prosperă".

Îți poți imagina tu (noi *știm* foarte bine) cât de mare este abundența acumulată pentru tine în planul energetic? Tu ai la dispoziție în acel plan o adevărată comoară, care abia așteaptă să o iei în stăpânire. Este o comoară pe care ai strâns-o de-a lungul a foarte multe vieți. Aceasta îți aparține întru totul, iar tu te lamentezi: „Nu am destui bani", ba și mai rău, te simți dezamăgit că nu ai destui bani!

„Nu am destui bani. Nu am destui bani. Mi-aș dori să îmi cumpăr cutare lucru, dar nu mi-l pot permite. Mi-aș dori să îmi cumpăr cutare lucru, dar nu mi-l pot permite. Am obosit să îmi doresc atâtea lucruri pe care nu mi le pot permite. Am obosit să mă lupt încontinuu cu lipsa de bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. De altfel, nu cunosc aproape pe nimeni care să aibă destui bani. [Râsete] În schimb, bogătașii corupți au mai mulți bani decât ar putea cheltui vreodată. Ei îi cheltuiesc aiurea, risipindu-i pe tot felul de obiecte stupide de lux. Oare ei nu știu că sunt oameni care mor de foame? [Râsete] Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Probabil că acești bogătași se ocupă cu traficul de droguri. [Râsete] Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani".

Noi dorim ca tu să înțelegi că este imposibil să gândești în acest fel, și totuși să te îmbogățești. Este pur și simplu imposibil, întrucât frecvența vibrației tale și cea a banilor pe care ți-i dorești sunt mult prea diferite.

Dezamăgirea reprezintă un indiciu care te avertizează că tu nu le permiți banilor să vină la tine. Un alt indiciu este

chiar sărăcia în care te zbați. Altfel spus, indiciile se împart în indicii emoționale și în indicii factice. Noi dorim însă ca tu să înțelegi că tot ceea ce experimentezi reflectă vibrațiile pe care le emani. Mai mult... (O, cât de mult dorim să îți spunem acest lucru. Nu vom pleca de aici până când nu vei înțelege acest mesaj. [Râsete]. De altfel, nu va dura mai mult de un minut)... *Experiența pe care o trăiești este cel mai bun indiciu al vibrațiilor pe care le emani.* Cum ți se pare această frază? Ți se pare ea un mesaj important? *Experiența pe care o trăiești este cel mai bun indiciu al vibrațiilor pe care le emani.* Fraza sună foarte impresionant, dar noi dorim să-ți atragem atenția că nu este vorba de un adevăr imuabil, *ci doar de un* ***indiciu*** *al vibrațiilor pe care le emani.*

„Contul meu bancar este un indiciu al vibrațiilor pe care le eman. Urăsc suma de bani care există în el. Este atât de mică. De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar? De ce nu crește suma de bani din contul meu bancar?" Deoarece ea nu face decât să îți atragă atenția asupra gândurilor tale negative...

„Mă doare corpul. Mă simt atât de rău. Mi-aș dori să mă simt mai bine. Medicul mi-a diagnosticat cutare boală. Nu-mi place ce se întâmplă cu corpul meu". *Corpul tău nu face decât să îți* ***indice*** *vibrația pe care o emani.* Punct. „Nu

știu ce se întâmplă cu corpul meu. Nu-mi pot controla corpul. Nu înțeleg ce se întâmplă. Mi-e frică. Nu știu ce să fac...". Toate experiențele pe care le trăiești reprezintă un indiciu al tobei pe care o bați – asta-i tot.

Oamenii vorbesc despre ceea ce se întâmplă în viața lor ca și cum ar fi vorba despre ceva foarte important. În realitate, nu este vorba decât de un indicator temporar. Dacă ți se golește rezervorul de benzină, ți se întâmplă vreodată să te duci la benzinărie și să te uiți consternat la rezervor? „Doamne, cum s-a întâmplat acest lucru? [Râsete]. De ce, de ce mi s-a întâmplat acest lucru tocmai mie!?" Te mulțumești atunci să îți lași capul pe volan și să plângi? „Vai, uite unde am ajuns. Viața mea este terminată. [Râsete]. După tot ce am trăit, uite unde am ajuns!" Sau îți umpli pur și simplu din nou rezervorul de benzină?

La fel ar trebui să procedezi și cu celelalte aspecte ale vieții. Și totuși, atunci când te simți rău, tu intri încet în cabinetul doctorului, speriat de moarte la gândul că acesta ți-ar putea spune exact ceea ce nu dorești să auzi. El și-ar putea lua instrumentele și ar putea privi cu ajutorul lor în profunzimile corpului tău, acolo unde privirea ta nu poate ajunge, după care ți-ar putea spune că organismul tău îți oferă anumite *indicii.* Reacția ta normală ar trebui să fie (în opinia noastră): „O, ce bine că am aflat. De altfel, nici nu trebuia să-mi spui acest lucru, întrucât pot simți și eu că ceva nu este în regulă în interiorul meu".

Prin orice experiență ai trece – indiferent dacă este vorba de corpul tău, de relația ta de cuplu sau de bani – ea este doar o simplă experiență temporară, un indiciu de moment al vibrației pe care o emani în această clipă. Asta-i tot.

Drama este că tu nu îți dai seama că această situație este doar *temporară,* întrucât ai rostit prea multă vreme aceleași cuvinte, ți-ai spus prea mult timp aceeași poveste de viață, și nici nu-ți imaginezi că mai pot exista și alte povești. De-a lungul călătoriei, tu te-ai convins singur că „trebuie să spui lucrurilor pe nume (să descrii realitatea exact așa cum este)".

Să vedem puțin cum ai ajuns în această situație. Când erai mic, mama ți-a spus: „Spune-mi *adevărul exact așa cum este*". De aceea, tu ai învățat să îți spui tot timpul: „Nu am destui bani. Nu am destui bani... Te urăsc. Te urăsc. Te urăsc. Te urăsc... Nu-mi place ce faci. Nu-mi place ce se întâmplă cu banii mei. Nu-mi place ce se întâmplă cu acest guvern. Nu-mi place ce se întâmplă cu...". Folosim toate aceste repetiții pentru a ne sublinia punctul de vedere. Știm că pentru tine ele sunt enervante! [Râsete] Noi dorim însă să înțelegi că *tu trebuie să înveți să îți spui o poveste diferită despre propria ta viață.*

Am reușit să îți demonstrăm suficient de clar că tu emiți vibrații pe două nivele: unul al *eului tău fizic* și celălalt al unui *eu mai mare?* Ai înțeles acest lucru? Crezi că așa stau lucrurile? Ai înțeles că tu ești una cu această Sursă de energie? În acest caz, ascultă cum sună diferența între cele două tipuri de discursuri: „Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani. Nu am destui bani... Am suficienți bani. Aceștia mă așteaptă să îi ridic. Toate resursele de care am nevoie așteaptă ca eu să le folosesc. Circumstanțele exterioare și evenimentele sunt astfel aranjate încât să mă conducă acolo unde doresc să

ajung. Banii sunt aici. Banii sunt aici. Privește în această direcție. Privește în această direcție. Privește în această direcție. Privește în această direcție".

Să vedem acum în ce constă diferența în planul emoțional: „Nu am destui bani. Nu am destui bani. De ce nu am destui bani? Îmi pare atât de rău că nu am destui bani. Cu ce am greșit? Ar fi trebuit să mă descurc mai bine. Nimeni nu m-a ajutat".

Tu ai la dispoziție toți banii din lume. Nimic nu este greșit în viața ta. Tot ce îți dorești te așteaptă deja. În clipa în care vei fi pregătit, dorințele tale se vor împlini. Nu mai trebuie să faci nimic în acest scop; tot ce era de făcut, ai făcut deja. Acum nu mai trebuie decât să te relaxezi și să permiți dorințelor tale să pătrundă în experiența ta de viață. Ascultă toba pe care o bate Sursa dinlăuntrul tău. Ascultă chemarea ei. Ea te direcționează în direcția către care dorești să te îndrepți. Dacă înțelegi și accepți că te îndrepți în direcția cea bună, obstacolele vor dispărea de la sine din calea ta și viața ți se va părea din ce în ce mai frumoasă.

Dacă o apuci pe calea pe care ți-ai pavat-o singur, pe care ți-a construit-o Sursa și care te conduce către ceea ce îți dorești, te simți automat plin de energie și de entuziasm. Lumea fizică în care trăiești te învață exact contrariul: „Dacă te simți bine, ar trebui să fii îngrijorat!"

Dacă le spui prietenilor tăi: „O, sunt plin de entuziasm când mă gândesc la acest lucru", ei te avertizează: „Ai grijă! Această emoție pozitivă ar putea arăta că ceva nu este în regulă cu tine. [Râsete]. Am cunoscut destui oameni care au avut o atitudine pozitivă și cărora li s-au întâmplat tot

felul de lucruri rele. Cel mai bine ar fi să nu te aventurezi. Rămâi acolo unde ești. Știu că soțul tău te bate, dar cel puțin câștigă destui bani...".

Noi dorim ca tu să înțelegi că: *unicul lucru care contează este ceea ce* ***simți****. Aceste emoții îți indică dacă decalajul dintre cel care ești acum și* ***cel-care-ești-cu-adevărat*** *se reduce sau se adâncește.*

În funcție de emoțiile pe care le experimentezi clipă de clipă, tu îți poți da seama dacă avansezi *în sensul curentului* sau *împotriva lui.* Atunci când avansezi *în sensul curentului,* tu simți întotdeauna o stare de ușurare sau de bunăstare. Asta nu înseamnă că trebuie să te simți întotdeauna în al nouălea cer. Nu trebuie să fii neapărat în extaz. Un lucru este însă sigur: dacă avansezi *în sensul curentului,* tu te simți inevitabil ceva mai bine decât dacă avansezi *împotriva curentului.* Este foarte ușor să-ți dai seama dacă te simți mai bine sau mai rău decât înainte.

Adeseori, astfel de adunări precum cea de față îți lasă impresia că este obligatoriu să pleci de aici într-o stare de spirit pozitivă. Din păcate, tu i-ai respins atât de mult timp pe cei care gândesc pozitiv încât numai ideea de a face parte din rândul lor ți se pare oribilă. Nimic nu li se pare mai enervant oamenilor decât să vadă alte persoane fericite atunci când ei nu sunt fericiți. Nimic nu îi irită mai tare decât să vadă că alte persoane trăiesc viața pe care și-ar dori să o trăiască ei, dar nu o trăiesc. Mai mult, nimic nu îi indispune mai mult decât oamenii care se laudă cu viața lor bună: „O, lasă-mă să îți spun ce bine îmi merge". „Mai bine nu", le răspund ei. [Râsete].

Tu nu ar trebui să te compari niciodată cu altcineva. Singura comparație pe care ar trebui să o faci este pentru a stabili dacă emoția pe care o simți în prezent este mai bună sau mai rea decât cea de dinainte; altfel spus, dacă avansezi în sensul curentului sau împotriva lui. Și știi de ce? Deoarece ceea ce gândești în clipa de față reprezintă punctul tău de atracție. Viața ta se îndreaptă exact în direcția la care te gândești în clipa de față. Mai există însă un aspect asupra căruia trebuie să insistăm (și pe care îl cunoști deja, intuitiv): *între emisia unei vibrații și manifestarea ei există întotdeauna un interval de timp. Mai mult de 99% din orice creație este deja realizată din punct de vedere energetic cu mult timp înainte de apariția primelor dovezi concrete ale materializării ei.* De aceea, este necesar să te îndrepți o vreme *în sensul curentului* înainte de a vedea primele semne ale îndeplinirii dorințelor tale. De aceea, tu nu știi niciodată ce se va întâmpla în continuare. De fapt, tu ți-ai dori o îndeplinire instantanee a dorințelor tale.

Te întreb dacă ți-i poți imagina pe Jerry și pe Esther pe malul râului, spunându-i ghidului: „O, noi ne dorim o manifestare instantanee. Nu ne place ideea de a călători cu barca în josul râului. De aceea, preferăm să ne întoarcem în autocar și să călătorim astfel de-a lungul canionului. În acest fel, vom avansa mult mai rapid. În final, ne vom da din nou jos barca din autocar și o vom așeza acolo unde ar fi trebuit să ajungem dacă am fi coborât pe râu". Probabil că ghidul le-ar răspunde: „Credeam că vă interesează să navigați *pe* râu, nu să călătoriți *pe lângă* el". [Râsete].

Asta dorim noi ca tu să înțelegi: *că ceea ce îți dorești este această călătorie pe râu în jos, nu pe marginea lui.*

Atunci când te-ai întrupat în această viață, tu ți-ai dorit sincer să ai de-a face cu contrastele acestei dimensiuni, pentru a învăța să faci deosebirea dintre ele. Tu îți imaginezi că dacă ai fi avut de ales înainte de naștere (iar noi te asigurăm că *ai avut),* ți-ai fi aranjat astfel viața încât să te bucuri de la bun început de toate bunătățile lumii, astfel încât nimic din această lume să nu-ți poată induce o stare negativă de spirit.

Mulți dintre voi – cei care sunteți părinți – încercați să faceți acest lucru pentru copiii voștri, privându-i astfel de contrastele pe care au venit să le experimenteze în această lume. În realitate, atunci când te-ai născut, tu ți-ai spus: „De-abia aștept să mă confrunt cu aceste contraste, astfel încât să îmi pot alege situațiile pe care le prefer. Aceste alegeri mă vor face să mă simt fantastic, întrucât eu știu că dacă le voi menține în vibrația mea, *Legea Atracției* le va atrage către mine. Îmi voi crea astfel o nouă platformă de pe care să fac noi alegeri. Voi menține apoi iarăși noile alegeri în vibrația mea, iar *Legea Atracției* le va atrage din nou către mine. Folosindu-mă de acest mecanism, eu îmi voi croi viața perfectă pentru mine, din propria perspectivă".

Ce s-a întâmplat însă? După ce ai ajuns în această lume, tu ai întâlnit nenumărați oameni „disfuncționali", care au uitat de *Scala lor de Ghidare* și care ți-au spus: „O, eu îmi iubesc viața, dar într-un mod condiționat: condițiile bune de viață mă fac să mă simt bine, iar cele neplăcute mă fac să mă simt rău. Iată care sunt regulile jocului dacă dorești să te simți bine. Și dacă tot ai apărut în viața mea, voi avea grijă să îmi respecți propriile reguli. De vreme ce sunt patronul

tău, sau mama, sau tatăl, sau profesorul tău, sarcina mea este să am grijă de tine. Și dacă tot am grijă de tine, doresc să mă simt bine, ceea ce înseamnă că tu va trebui să respecți acele reguli care mă fac *pe mine, pe mine, pe mine, pe mine, pe mine* să mă simt bine. *Tu* nu ai dreptul să fii egoist, dar eu am acest drept. De aceea, mă aștept să te comporți astfel încât să mă faci *pe mine* (mama ta altruistă) să mă simt bine. [Râsete]. Dacă nu mă vei face să mă simt bine, vei avea mari probleme".

Acest lucru nici măcar nu ar fi fost atât de rău dacă ei nu ar fi fost atât de mulți și atât de schimbători. Din păcate, astfel de oameni te înconjoară din toate părțile (nu este vorba de unul sau doi) și așteaptă lucruri atât de diferite de la tine, încât pur și simplu nu mai știi ce să faci pentru a le fi pe plac tuturor. În scurt timp, tu ajungi la concluzia că oricum ai proceda, nu îi vei putea face pe toți fericiți. *Noi dorim să te facem să înțelegi că tu nu te-ai născut în această lume cu intenția de a-i asculta pe cei din jur. În momentul în care te-ai născut, tu știai că viața te va conduce în direcția creșterii tale spirituale și că această Ființă în creștere te va chema în permanență. Tu știai că dacă te vei orienta în direcția creșterii ei, te vei simți bine, așa că ți-ai planificat de la bun început să nu ții cont de părerea niciunui alt om.*

Tu nu ți-ai planificat nicio clipă să îți ghidezi viața în funcție de opiniile altor oameni. Mai întâi de toate, ceilalți oameni nu au o focalizare foarte bună a atenției lor. Nu ai remarcat niciodată acest lucru? Cât timp ți-a acordat iubitul tău (sau iubita ta) atenția lui (ei) nedivizată? Văd că nimeni nu îndrăznește să răspundă: *nu prea mult, nu prea mult!*

[Râsete]. Cât timp ți-a acordat mama ta atenția ei nedivizată? *Nu prea mult!* Nimeni nu îți poate acorda o atenție continuă, pentru că nimeni nu este răspunzător pentru tine. Toți oamenii se nasc pentru a fi creatorii *propriilor lor* experiențe de viață. După părerea noastră, cea mai mare ipocrizie dintre toate (și cea care ți-a cauzat cele mai multe probleme) constă în faptul că ei îți spun că tu ești foarte important pentru ei. În realitate, singurul lucru care contează pentru ei este ceea ce *simt ei.* De aceea, ei continuă să te ghideze pe tine și comportamentul tău în funcție de ceea ce îi face *pe ei* să se simtă bine.

În final, tu te umpli de resentimente, întrucât știi foarte bine că viața ta s-ar schimba pe loc în bine dacă ai accepta că fiecare om își trăiește viața pentru el, nu pentru ceilalți. *Iar acest punct de vedere nu este deloc egoist, întrucât toți oamenii sunt una cu Sursa lor de energie și toți s-au născut în această viață pentru a-și împlini dorințele. Toți au în interior o Sursă care îi ghidează către tot ce poate fi mai bun pentru ei. Imaginează-ți cum ar arăta această lume dacă toată lumea ar accepta această perspectivă...*

Îți poți imagina cât de sublimă ar deveni această lume dacă toți oamenii ar înțelege că au o *Scală de Ghidare,* că sunt una cu *Sursa* lor, că toți sunt chemați să ducă o viață mai bună, și dacă toți (sau ce mai mulți dintre ei, sau măcar o parte dintre ei) ar auzi acest apel și ar începe să se îndrepte în direcția către care îi cheamă el?

Niciun om care este în armonie cu *Sursa* lui nu poate avea un comportament violent, sau hai să-i spunem *negativ.* Pur și simplu este imposibil. Întregul comportament negativ

al oamenilor se datorează faptului că ei doresc să își umple golul interior prin acțiunile lor, care nu sunt în rezonanță cu chemarea lor interioară. Ei încearcă să ajungă la alte destinații, către care nu sunt chemați *și la care nu vor ajunge niciodată.*

Ce indică povestea ta?

Noi credem că ne-am demonstrat suficient de clar punctul de vedere. Mesajul nostru către toți cei de față este următorul: *tu ești singurul creator al experienței tale de viață, iar dacă dorești să ai parte de experiențe fericite (așa cum ești predestinat să ai), tot ce trebuie să faci este să îți creezi în mod* ***deliberat*** *aceste experiențe. Dacă nu vei percepe această lume prin ochii Sursei, nu vei fi decât o umbră a acesteia, iar Ea reprezintă adevărata ta esență. Altfel spus, dacă vei fi incapabil să iubești realitatea cu care te confrunți (indiferent în ce constă aceasta), tu nu vei fi una cu cel care ai putea fi conform dreptului tău prin naștere. Emoțiile tale negative îți indică faptul că te-ai îndepărtat de cel-care-ești-cu-adevărat.*

Deși am vorbit de numeroase emoții pozitive și sublime, noi dorim ca tu să cultivi prin excelență o singură emoție, pe care o vom numi: *emoția ușurării.* Indiferent în ce situație te afli, tu trebuie să recunoști deschis: *„Aceasta este situația în care mă aflu în clipa de față".* „Aceasta este situația în care mă aflu în clipa de față, în privința corpului meu, a relației mele de cuplu, a cunoașterii mele, a viziunii mele

asupra lumii, a experienței mele familiale. Aceasta este situația în care mă aflu în clipa de față în toate domeniile vieții. Ea reprezintă rezultatul vibrațiilor pe care le-am emis și care au atras în viața mea toate aceste situații".

Altfel spus, nicio experiență pe care o trăiești nu se întâmplă pur și simplu. Toate experiențele tale apar ca răspuns la gândurile și la tiparele tale mentale. Iar acest mecanism este fabulos, întrucât îți permite să mergi în continuare în orice direcție dorești.

Motivul pentru care suntem atât de entuziasmați atunci când vorbim de aceste lucruri este acela că noi știm că dacă vei părăsi această adunare conștient de faptul că *tu* ești cel care își creează propriul punct de atracție, emanând vibrații pe care *Legea Atracției* nu face decât să le repete la infinit; că îți poți da seama singur, în funcție de ceea ce simți, cât de mult te apropii sau te îndepărtezi de menirea ta; că singurul lucru care contează pentru tine este să te simți bine; că îți poți orienta gândurile, cuvintele și acțiunile în funcție de *emoțiile* pe care ți le induc, și nu de așa-zisul lor *adevăr;* dacă vei învăța să îți pese mai mult de ceea ce simți decât de orice altceva – tu vei deveni un creator fericit al realității pe care ți-o dorești, împlinindu-ți astfel menirea pentru care te-ai născut în această viață. Orice altă cale te va îndepărta de *cel-care-ești-cu-adevărat.*

Altfel spus, ceea ce cauți tu este sentimentul de ***ușurare.*** *Pe măsură ce vom avansa cu expunerea noastră, îți vom arăta și cum poți descoperi acele gânduri care te fac să te simți* ***ușurat.***

Noi știm că atunci când se adună mai mulți oameni, aceștia au tendința să facă la infinit speculații pe diferite

teme. Iar noi suntem de acord să discutăm despre tot ceea ce ți se pare important. Dorim însă să îți reamintim că tu emiți chiar în clipa de față un semnal energetic. Dacă îl vei susține o vreme (nu durează niciodată prea mult), el va începe să atragă către el o energie aflată pe aceeași frecvență de vibrație. De aceea, ar fi foarte util dacă ai începe chiar acum să îți spui o poveste diferită despre viața ta, așa cum ți-ai dori să fie, nu așa cum s-a desfășurat ea până acum. Dacă îți vei repeta aceeași poveste de până acum, tu vei continua să atragi aceleași realități în viața ta.

Îți dai tu seama că ceea ce numești *atracție negativă* nu este altceva decât blocarea de către tine a *atracției pozitive* care a fost declanșată deja? Acesta este mecanismul pe care dorim să ți-l explicăm astfel încât să îl înțelegi foarte limpede. Nu există o sursă a întunericului. Nimeni nu poate intra într-o cameră căutând întrerupătorul pentru întuneric. „Dacă voi răsuci acest buton, în cameră se va lăsa o ceață întunecată care va acoperi lumina din ea". Așa ceva nu există. Nu există o sursă a răului sau a bolii, ci doar un blocaj care împiedică fluxul energiei vitale să curgă în mod natural. Tu nu poți face altceva decât ori să te îndrepți în direcția devenirii tale, ori să te împotrivești și să suporți consecințele.

Lucrurile sunt așadar cât se poate de simple: întreaga ta putere este concentrată în acest moment prezent, singurul în care îți poți activa o vibrație sau alta. Desigur, tu îți poți activa inclusiv o vibrație legată de un eveniment care s-a petrecut cu foarte mult timp în urmă, dar chiar și în acest caz, activarea se realizează *în momentul prezent.* Chiar dacă îți amintești ceva ce s-a întâmplat ieri sau acum foarte mult timp, tu îți amintești *acum.* Tu poți anticipa ce se va întâmpla

mâine sau peste zece ani, dar vibrația pe care o emani anticipând acest scenariu este declanșată *acum.*

Tot ceea ce gândești reprezintă un semnal pe care îl emiți *acum,* și el este punctul tău de atracție. Dacă te concentrezi asupra unui gând timp de cel puțin șaptesprezece secunde, *Legea Atracției* devine deja operativă. Acesta este intervalul de timp necesar altui gând să i se alăture primului. Dacă susții și noul gând timp de șaptesprezece secunde, tu vei atrage astfel un al treilea gând. Dacă realizezi acest proces timp de numai șaizeci și opt de secunde (de patru ori intervalul de șaptesprezece secunde), esența gândului cultivat începe deja să se deplaseze către tine într-o manieră care poate fi percepută cu ochiul liber (dacă acesta este antrenat). Nu-ți trebuie mai mult: *șaizeci și opt de secunde în care să îți spui povestea dorită de tine, nu cea actuală. Există în viața ta aspecte care se desfășoară exact așa cum îți dorești? Atunci continuă să repeți povestea lor. Există în viața ta aspecte care nu corespund aspirațiilor și dorințelor tale? Nu mai repeta povestea lor.*

„Bine, dar sunt prea ocupat. Am prea multe lucruri de făcut și nu apuc niciodată să fac tot ce îmi propun". Fă orice dorești să faci. Vestea bună este că nu vei mai bate niciodată toba repetând lucrurile negative din viața ta fără să devii conștient de ceea ce faci. Acest lucru înseamnă deja foarte mult, căci nimeni nu poate opta pentru un gând (un cuvânt, o situație etc.) care îl face să se simtă bine, până când nu știe care sunt opțiunile posibile. De aceea, tot ce trebuie să faci este să cauți acele gânduri care te fac să te simți *ușurat (ceva mai bine).*

Despre ce doriți să discutăm?

Care este esența energetică a banilor?

Întrebare: Îți mulțumesc foarte mult. Și cum aș putea să ajung la acea comoară despre care ne-ai vorbit, afirmând că o adun de foarte multă vreme?

Abraham: Nu este cazul să fii sarcastic. [Râsete]

Întrebare: Doresc să îmi împărtășești ceva mai mult din experiența ta despre felul în care aș putea *permite* acestei comori să se manifeste în viața mea.

Abraham: Mulți dintre cei care ne ascultă acum își vor spune la sfârșitul seminarului: „Abraham ne-a luat peste picior". Noi te invităm însă să devii conștient de tonul cu care ne-ai pus întrebarea: „Dacă e adevărat că am strâns o comoară... unde se află ea? Și dacă *Legea Atracției* funcționează așa cum spui, iar eu am undeva o comoară, unde este aceasta și cum pot ajunge la ea?" Noi am simțit o undă de sarcasm în această întrebare.

Încearcă să simți, pentru o clipă, care este vibrația dominantă a felului în care ai pus această întrebare. Ai pus întrebarea pornind de la conștientizarea unei *lipse* de bani, sau din perspectiva faptului că *ai* bani? [Din perspectiva lipsei de bani].

Noi știm ce îți spui tu în sinea ta: „Sigur că am pus întrebarea din această perspectivă a lipsei, de vreme ce nu am ajuns încă la abundență. Cum aș putea emana o vibrație a unei realizări pe care nu am atins-o?" Dar noi îți spunem: trebuie să descoperi o modalitate prin care să faci exact acest lucru; până când nu vei emana o vibrație a realizării, nu vei avea niciodată starea de spirit necesară pentru a atrage

respectiva realizare. *Este absolut necesar să descoperi esența energetică a realizării dorite.*

Ni se pare logic ca la început să îți pui întrebarea: „Unde este această comoară? De ce nu am acces la ea? Unde am greșit? Ce trebuie să schimb?" Ni se pare însă important să înțelegi capcana pe care ți-o întinzi singur prin aceste cuvinte și prin această atitudine negativă. În aceste condiții, soluția nu poate fi decât una singură: *tu trebuie să descoperi o modalitate prin care să îți distragi atenția de la* ***absența*** *banilor și să îți activezi în interior* ***senzația*** *că dispui deja de acești bani.*

Altfel spus, tu trebuie să *apreciezi deja prosperitatea de care te bucuri în momentul prezent (atât cât este ea).* Procedând în acest fel, *tu te deschizi în fața posibilității de a atrage* ***din ce în ce mai multă*** *prosperitate.* Chiar și *speranța* reprezintă o atitudine mult mai pozitivă, prin comparație cu *îndoiala.* De aceea, dacă nu te simți capabil să *apreciezi* prosperitatea de care te bucuri deja la ora actuală, cel puțin *speră* că vei ajunge cândva la această abundență.

Chiar dacă te-am tachinat la început din cauza sarcasmului pe care l-am simțit în vocea ta atunci când ai vorbit de „averea pe care ai acumulat-o", am făcut acest lucru numai pentru a te ajuta să înțelegi că ***sarcasmul și pesimismul nu au nimic de-a face cu optimismul și cu speranța.*** De aceea, răspunsul la întrebarea ta – „Cum să îi permit comorii mele să ajungă la mine, sau cum o pot atrage în viața mea?" – este următorul: pretinde că te bucuri deja de această comoară. Începe să cheltuiești deja din ea, deocamdată numai la nivel mental. Imaginează-ți cât de bine

te vei simți când te vei putea bucura plenar de ea. Bucură-te de acest sentiment de ușurare chiar înainte de a avea motive reale de bucurie. Lasă-te ghidat de ceea ce simți și cultivă altfel de gânduri, care nu au nimic de-a face cu realitatea sărăciei.

Pe scurt, *sarcasmul* (ne amuzăm într-adevăr puțin pe seama ta) este mai departe de atragerea bogăției în viața ta decât *optimismul* sau *așteptarea pozitivă*. Încearcă să simți diferența dintre a spune: „Greu mai vin banii la mine. Încep să cred că am un cont bancar în planul energetic, dar nu știu cum să îmi scot banii din el" (simte vibrația acestor cuvinte) și a spune: „Ce grozavă va deveni viața mea când îmi voi da seama cum îmi pot scoate banii din contul meu energetic". Există o mare diferență între vibrațiile celor două tipuri de afirmații. Prima are la bază o anumită rezistență interioară, în timp ce cea de-a doua reprezintă o invitație (o deschidere interioară). Prima afirmație înseamnă să mergi *împotriva curentului*, în timp ce cea de-a doua înseamnă să te lași dus de el.

„Ce grozavă va deveni viața mea atunci când voi descoperi cum să am acces la comoara mea din ceruri. Deja am mici momente, în fiecare zi, în care mă bucur de această comoară, și asta nu doar în privința banilor. Mă descurc destul de bine în foarte multe domenii. Îmi place ideea că am adunat o comoară care mă așteaptă să o folosesc. Îmi face plăcere să știu că viața m-a determinat să fac economii și să pun tot timpul ceva deoparte în contul meu din planul energetic. Dar cel mai bine mă simt atunci când îmi dau seama că Sursa dinlăuntrul meu mi-a anticipat așteptările și mi-a pregătit deja tot ce am nevoie.

E bine de știut că emoțiile mele negative reprezintă indicii care mă ajută să îmi dau seama că m-am îndepărtat de Sursă. Acest lucru nu mă deranjează, întrucât îmi dau seama că ele nu îmi semnalează altceva decât că Sursa mea mă percepe ca pe un om prosper, iar faptul că mă zbat în sărăcie nu corespunde intenției sale în ceea ce mă privește. Îmi face o plăcere și mai mare să știu că Sursa mea mă poate ghida către alte emoții, mai pozitive. De aceea, orice emoție negativă îmi spune de fapt că nu merg în direcția dorită de Sursa mea. E bine de știut acest lucru.

Slavă cerului, mă pricep să îmi interpretez sentimentele. Îmi dau imediat seama dacă mă simt bine sau rău. De-a lungul timpului, am remarcat că există o corelație între ceea ce gândesc, felul în care mă simt și ceea ce se întâmplă în viața mea. Eu știu că realitatea se mulează întotdeauna după principalele mele sentimente și înțeleg că schimbarea gândurilor pe care le-am cultivat prea multă vreme nu este deloc ușoară la început. Știu însă că procesul va deveni din ce în ce mai ușor pe măsură ce voi persevera. Cu cât voi afirma *mai mult timp* o anumită realitate, cu atât *mai ușor* îmi va fi să o afirm, iar apoi să *mă aștept* ca ea să prindă viață. Eu știu că *așteptarea* atrage întotdeauna după sine o vibrație diferită. Una este să ai un sentiment de *speranță* sau de *entuziasm*, și cu totul altceva să îți fie *frică* sau să te simți *descurajat*. Eu pot să cultiv doar acele stări pozitive pe care mi le doresc. Nu am nici cea mai mică îndoială în această privință". Un astfel de dialog interior îți poate schimba dramatic experiența de viață. Aceasta este munca pe care trebuie să o desfășori cu tine însuți.

Știm că procesul ți se pare lent, dar asta este. Tu nu ești capabil deocamdată să îți focalizezi foarte puternic gândurile. De aceea, trebuie să te antrenezi gradat. Nici situația ta actuală nu a apărut peste noapte... Dacă nu accepți decât o schimbare instantanee sau deloc, mă tem că nu vei schimba nimic în viața ta, și astfel te vei simți *descurajat.* În schimb, dacă pornești de la bun început de la premisa că schimbarea va fi graduală, te vei simți din start *încurajat.* De aceea, fă lucrurile pe rând, câte o afirmație o dată, până când vei învăța să îți spui povestea vieții exact așa cum îți dorești.

Iată cum ar trebui să sune povestea ta: „Am auzit recent că am un cont energetic în care mă așteaptă o *veritabilă avere.* Îmi place cum sună această idee, inclusiv ideea că secretul accesului la acest cont este ceea ce gândesc, că pot fi, pot face și pot avea orice îmi doresc, dacă îmi voi schimba gândurile. De aceea, voi începe chiar de acum să îmi spun o altă poveste a vieții, așa cum doresc de data aceasta. Deși nu cred că banii reprezintă în sine o cale care duce către fericire, nu cred nici că sunt ochiul dracului. Cred mai degrabă că sunt o cale care duce către eliberare. Altfel spus, cred că dacă ai mai mulți bani, ai automat și mai multe opțiuni, iar viața ți se pare mult mai amuzantă. Îmi place ideea că pot lua singur deciziile care îmi pot schimba viața, pornind de la ceea ce simt, și nu de la ceea ce îmi pot permite sau nu.

Banii mi-ar putea deschide mai multe porți; aș avea astfel mai multe posibilități. De aceea, nu mă încântă doar ideea că mă așteaptă o veritabilă avere, ci mai ales toate

lucrurile pe care aș putea să le fac cu acești bani pentru mine și pentru familia mea, pentru cei din jur, pentru a începe o nouă viață. Mă umplu de entuziasm numai când mă gândesc la toate aceste schimbări.

Îmi iubesc viața din toate punctele de vedere, dar îmi dau seama că banii care se îndreaptă acum către mine mă vor ajuta să îmi îmbunătățesc foarte multe domenii de viață: ... O singură sută de dolari în plus m-ar ajuta să... dacă aș avea o mie de dolari în plus, aș putea face următoarele schimbări în viața mea: ... Dacă voi avea anul acesta o sută de mii de dolari în plus, iată ce intenționez să fac cu ei: ... Dacă voi avea cinci sute de mii de dolari în plus anul acesta, m-aș muta în... În plus, aș putea conduce mașina... Și peste toate, aș putea lucra... sau mai bine zis, nu aș mai lucra acolo...". [Râsete]. Joacă-te cu mintea ta. Dezvoltă-ți imaginația.

În această carte ți-am oferit o sumedenie de jocuri interesante pentru minte, dar cel mai eficient dintre toate (și crede-ne, am văzut foarte mulți oameni aplicând toate aceste jocuri) este următorul: *poartă în buzunar o sută de dolari și cheltuiește-o **mental** de mii de ori în fiecare zi, din nou și din nou și din nou. Privește toate lucrurile pe care ți le-ai putea permite cu această sută de dolari (fără să le cumperi neapărat).*

Este uimitor ce efecte poate să aibă acest mic joc asupra oamenilor, în ce măsură le poate schimba el percepția asupra banilor. El îți poate elibera mintea de obișnuința de a spune: „Vai, îmi doresc acest lucru, dar nu-mi pot permite să îl cumpăr, căci după aceea voi rămâne fără bani", înlocuind-o

cu obișnuința de a spune: „O, mi-aș putea cumpăra acest lucru, dacă aș dori. Mi-aș putea cumpăra acest lucru, dacă aș dori. *Pot face acest lucru*". În acest fel, în loc să îți spui de o mie de ori pe zi: „Nu-mi pot permite", îți vei spune de tot atâtea ori: „Aș putea să cumpăr acest lucru, dacă mi-aș dori. Aș putea să cumpăr acest lucru, dacă mi-aș dori. Aș putea să cumpăr acest lucru, dacă mi-aș dori. Aș putea să cumpăr acest lucru, dacă mi-aș dori".

Cineva ne-a spus odată: „Hei, Abraham, se pare că nu te-ai mai încarnat de mult pe pământ. Cu o sută de dolari nu-ți mai poți permite să cumperi mare lucru în zilele noastre!" Noi i-am răspuns însă: *„Dacă vei cheltui mental o sută de dolari de o mie de ori, tu vei cheltui în această zi o sută de mii de dolari. Această sumă este suficient de mare pentru a-ți schimba radical vibrația"*. Alți oameni îmi spun: „Bine, dar nu este ceva real". Noi le răspundem: *„Va fi real". Mai întâi de toate trebuie să te obișnuiești să simți că ai bani, iar după ce această vibrație se va stabiliza în aura ta, vei avea parte și de realizarea ei concretă.*

Legea Atracției îți pune întotdeauna la dispoziție calea, metoda, cocreatorii și rezultatele pe care le atragi din punct de vedere energetic. *Dacă invoci prosperitatea prin vibrațiile pe care le emiți, aceasta va deveni o experiență de viață reală pentru tine, și nu dintr-o singură perspectivă, ci din mai multe. Practic, se va revărsa asupra ta din toate direcțiile. Oriunde vei privi, vei descoperi o nouă dovadă fantastică de prosperitate. Tot ce trebuie să faci în acest scop este să îți activezi cât de cât vibrația interioară a prosperității.*

Prosperitatea nu este ceva atât de extraordinar, cum li se pare oamenilor. Știi de ce ți se pare ție prosperitatea ceva ieșit din comun? Pentru că până acum nu ai privit decât *realitatea curentă,* având mereu și mereu parte numai de ea. În final, ai ajuns să îți spui: „Am depus un *efort* atât de mare, am *muncit* atât de mult, ani la rând, dar nu am putut să îmi depășesc niciodată *actuala* condiție. La ce mi-ar putea folosi acest efort mental minor, dacă toate eforturile mele *reale* de până acum nu m-au ajutat cu nimic?" Dar noi îți spunem: efortul tău de până acum a fost orientat în întregime în direcția *acțiunii.* Noi te sfătuim să faci un altfel de efort, orientat în direcția *schimbării vibrației tale. Efortul orientat în direcția schimbării vibrației personale îți permite să te folosești de energia infinită care creează lumile.*

Schimbarea vibrației personale conduce la schimbarea realității concrete, dacă este constantă. În schimb, dacă nu faci decât să îți repeți: „Îmi doresc acest lucru, dar... Îmi doresc acest lucru, dar... Îmi doresc acest lucru, dar... Îmi doresc acest lucru, dar...", tu nu îți poți croi o cărare reală. Nu poți face acest lucru decât dacă îți spui la infinit: „Îmi doresc acest lucru pentru că... Îmi doresc acest lucru pentru că... Îmi doresc acest lucru pentru că... Îmi doresc acest lucru pentru că...".

Dacă îți spui: „Cred că pot face acest lucru. Cel puțin, cred că aș putea să îl fac. Hm, sincer să fiu, mă cam îndoiesc că pot să îl fac. De fapt, nici nu îl fac. În schimb, mi-ar plăcea să îl fac. Cred că pot face acest lucru. Cel puțin, cred că aș putea să îl fac. Hm, sincer să fiu, mă cam îndoiesc că pot să îl fac. De fapt, nici nu îl fac. Foarte puțini oameni reușesc

să îl facă. Cred că pot face acest lucru. Cel puțin, cred că aș putea să îl fac. Hm, sincer să fiu, mă cam îndoiesc că pot să îl fac. De fapt, nici nu îl fac. În schimb, mi-ar plăcea să îl fac..." nu vei schimba nimic în viața ta. Aceasta este vechea poveste a vieții tale, pe care ți-o spui de foarte mult timp. *Dacă dorești să schimbi ceva în viața ta, tu trebuie să îți spui o poveste diferită de viață, folosindu-te în acest scop de puterea voinței și concentrându-te asupra ei. Haide, spune-ne chiar acum noua ta poveste legată de bani.*

Povestea succesului meu financiar

Întrebare: Totul este perfect. Acesta este singurul lucru care îmi vine în minte, că totul este perfect. Și chiar simt acest lucru în interiorul meu. Mă simt minunat, și oarecum viu, ca să spun așa. Sunt normale aceste senzații? Fac ele parte integrantă din întregul proces?

Abraham: Ele reprezintă întregul proces. Așa cum am mai spus, 99% din întreaga creație este gata din punct de vedere energetic înainte de a apărea primele semne concrete ale materializării ei. Este ca și cum ai călători de la Phoenix la San Diego. Deși tu *îți dorești* să fii la San Diego, în cea mai mare parte a distanței de 400 de mile care separă cele două orașe tu *nu* te afli acolo unde dorești să fii. Dacă te simți frustrat că nu ai ajuns deja acolo unde îți dorești, din punct de vedere energetic înseamnă că faci un ocol și că te întorci la Phoenix. În acest fel, nu vei ajunge niciodată la San Diego. Atunci când faci această călătorie în plan fizic,

tu îți poți spune: „Înțeleg rostul acestei călătorii, așa că nu mă deranjează să o fac. Cu fiecare milă care trece îmi dau seama că sunt tot mai aproape de San Diego. Atât timp cât păstrez direcția corectă, eu mă îndepărtez cu fiecare milă de locul în care *nu doresc* să fiu și mă apropii din ce în ce mai mult de locul în care *doresc* să fiu".

În acest fel, tu îți amplifici și convingerea că vei ajunge la destinația dorită, întrucât cu fiecare nouă bornă kilometrică vezi că te apropii tot mai mult de ea. De aceea, o astfel de călătorie nu are cum să te facă să te simți descurajat (decât, poate, dacă mergi pe jos). Ea te ajută să îți menții credința. Atât timp cât te afli pe drum, nu ai cum să-ți spui: „San Diego – ce vis imposibil! Am încercat de mii de ori să ajung acolo, dar îmi este cu neputință". Tu știi că *poți* ajunge acolo, și drumul însuși reprezintă cea mai bună dovadă în această direcție.

Dacă pornești de la premisa că *ceea ce simți reprezintă cel mai bun indiciu pentru direcția în care te îndrepți* și dacă îți poți spune cu toată sinceritatea: *„Mă simt* optimist. Totul mi se pare perfect, și chiar este, întrucât *simt* acest lucru", atunci nu ai cum să *nu* ajungi acolo. Dacă îți vei menține această atitudine și această așteptare pozitivă, adică această frecvență de vibrație, nu numai că vei ajunge acolo unde îți dorești, dar vei ajunge chiar foarte rapid.

Dar tu îți spui: „Bun, e limpede că mă aflu pe cale. Am vorbit cu Abraham, iar acesta m-a încurajat mult mai mult timp decât cele șaizeci și opt de secunde de care ne-a vorbit, iar în final m-a făcut să spun: *Totul este perfect,* și chiar am simțit acest lucru. Dar apoi m-am uitat la situația mea reală

și am constatat că nu sunt încă în San Diego. Acest lucru m-a dezamăgit, căci m-a trezit brusc la realitate (vreau să fac cutare lucru, dar nu am bani pentru asta)".

Dar noi îți spunem, foarte bine. *Dezamăgirea* este primul *indiciu* că ți-ai pierdut așteptarea pozitivă și ai început să te concentrezi asupra unui alt subiect decât *așteptarea.* Ce poți face acum pentru a-ți regăsi această stare de spirit?

Dacă încerci să treci peste acest sentiment de dezamăgire și să descoperi ceva care să te facă să te simți din nou bine, tu îți ridici frecvența de vibrație într-o manieră care nu îi va mai permite niciodată să se întoarcă la acea stare negativă de spirit. Altfel spus, dacă simți o emoție negativă și îți faci timp să întorci lucrurile pe toate părțile până când începi efectiv să simți o stare de ușurare (lucru care necesită, de regulă, șaizeci și opt de secunde sau mai mult), *dacă ajungi să simți această stare de ușurare din toți rărunchii, în mod autentic și profund, atunci nu va mai trebui niciodată să treci prin același proces, căci ai transcens pentru totdeauna vibrația negativă (în privința subiectului respectiv). Poți spune că te-ai mutat într-o altă perspectivă energetică, iar cea veche nu te va mai atrage vreodată.*

Dar cel mai important lucru pe care dorim să îl înțelegi este următorul: *dacă te-ai mutat dintr-o perspectivă energetică în alta, realitatea concretă din jurul tău va trebui să se schimbe automat. Începând din momentul în care ai făcut efortul de a-ți schimba perspectiva energetică asupra unui subiect și ai reușit, întregul univers reacționează la noua vibrație pe care o emani (în privința subiectului respectiv).*

De pildă, îți poate veni o idee inspirată, care va da rezultate neașteptat de bune. Te poți întâlni cu o persoană care îți va oferi o ocazie, sau un schimb financiar. Cu alte cuvinte, acest efort micuț nu îți permite să vezi că te-ai apropiat de San Diego, căci lucrurile nu se petrec la fel ca în cazul călătoriei cu mașina, dar îți permite să *simți intuitiv* acest lucru, să știi că în viața ta s-a schimbat ceva. De aceea, tu continui să mergi pe aceeași cale, cu aceeași încredere, până când ajungi să nu mai *speri* doar că te vei bucura de prosperitate, ci să *crezi* acest lucru, ba chiar să *fii sigur*, căci dovezile abundenței se vor acumula din ce în ce mai mult în viața ta.

Gând cu gând, gând cu gând, continuă să cureți, să cureți și iar să cureți. La ce ne referim atunci când spunem „să cureți"? *Spune-ți povestea așa cum* ***dorești*** *tu să sune, din ce în ce mai des. Repetă-ți din ce în ce mai rar vechea poveste, cea care nu seamănă deloc cu ceea ce* ***îți dorești****. Nu te mai limita să* ***privești*** *realitatea. Începe să o* ***creezi****.*

De pildă, dacă prietenii îți spun: „Ce pui la cale?"

Răspunde-le: „Numai lucruri bune".

Dacă ei îți spun: „Ai reușit să îți cumperi lucrul acela pe care doreai să ți-l cumperi?", sau: „Ai reușit să obții slujba pe care ți-o doreai?"

Răspunde-le: „Sunt pe punctul de a reuși".

Dacă ei îți spun: „Nu ai înțeles întrebarea mea. [Râsete] Ai *obținut* sau nu lucrul respectiv (sau slujba respectivă)?"

Răspunde-le: „*Tu* nu ai înțeles răspunsul meu: sunt pe punctul de a-l (o) obține".

Dacă ei îți spun: „Mă rog, dacă nu ai reușit încă, înseamnă că nu ai reușit".

Răspunde-le: „Aici greșești. Eu am reușit, dar numai *din punct de vedere energetic* deocamdată. Iar dacă am reușit să obțin ceea ce îmi doresc din punct de vedere energetic, este doar o chestiune de timp până când voi obține lucrul respectiv și din punct de vedere fizic. *Aceasta este Lege. Așadar, am reușit ce mi-am propus, dar din punct de vedere energetic*".

„Bine, dar de unde știi că îl vei obține și din punct de vedere fizic?"

„Pentru că mă *simt* deja foarte bine, ca și cum l-aș avea".

„Cum? Te simți *bine,* deși încă nu ai obținut ce îți dorești!? [Râsete] Ești bolnav cu capul?"

„Nu, dar cunosc procesul. Eu am reușit să obțin alinierea energetică cu dorința mea, așa că aceasta trebuie să se îndeplinească. Aceasta este *Lege*".

„De unde știi că ai obținut alinierea energetică cu ceea ce îți dorești?", va continua să te interogheze prietenul tău negativ.

„Pentru că mă simt bine ori de câte ori mă gândesc la dorința mea. Mă simt perfect atunci când mă gândesc la averea mea. Nu simt nicio undă de sarcasm, de dezamăgire sau de descurajare. Mă simt absolut optimist, tocmai pentru că știu că ea se îndreaptă către mine. De fapt, mi-am făcut chiar o listă cu toate lucrurile pe care le voi face atunci când voi obține acești bani".

Și iată un alt joc pe care ți-l propunem: fă-ți un cont energetic și depune în el 1000 de dolari, apoi cheltuiește-i pe toți. A doua zi, depune în cont 2000 de dolari și cheltuiește-i. A treia zi, depune 3000 de dolari și cheltuiește-i... În cea de-a 365-a zi a anului, depune în contul tău energetic 365.000 de dolari și cheltuiește-i pe toți.

Pe măsură ce vei cheltui (mental) acești bani, tu îți vei crea noi tipare, care vor atrage acest tip de comportament inclusiv în planul material. Ori de câte ori îți creezi un tipar mental (energetic), tu pui în mișcare un mecanism care atrage către tine tot ce este necesar pentru materializarea lui. Asta înseamnă *dorința, pasiunea, entuziasmul...*

Altfel spus, ori de câte ori creezi în această dimensiune spațio-temporală un tipar energetic care corespunde unei dorințe personale și te lași în voia lui, tu pui în mișcare o serie de forțe care te fac să te simți minunat. În schimb, dacă nu te lași în voia lui, tu te simți îngrozitor. Cum s-ar spune, dacă te simți rău într-o anumită privință, înseamnă că ai cerut un anumit lucru, iar partea nelimitată a ființei tale ți-a îndeplinit dorința, dar partea limitată, de care ești conștient (egoul), refuză să accepte manifestarea ei.

Noi dorim să înțelegi că tu ești unicul motiv pentru care Curentul energiei vitale curge atât de rapid în viața ta, și tot tu ești cel care se lasă dus de acest curent sau care i se împotrivește. Tot ceea ce *simți* reflectă atitudinea pe care o adopți tu față de acest Curent.

Dacă îți dorești ceva, tu îți dorești acest lucru numai pentru că ești convins că te vei simți mai bine dacă îl vei avea. Indiferent dacă este vorba de bani, de un obiect

material, de o relație, de o experiență, de o circumstanță sau de un eveniment – *tot ceea ce îți dorești se datorează convingerii tale că dacă ai dispune de acest lucru, tu te-ai simți mai bine; dacă descoperi că însăși* ***ideea*** *că ai putea avea acest lucru te face să te simți mai bine, înseamnă că tu ai integrat* ***esența energetică*** *a lucrului respectiv. În continuare, Legea Atracției ți-l va pune inevitabil la dispoziție, în toate detaliile.* ***Așa se petrec lucrurile.***

Trăind în mediul tău actual, tu proiectezi (prin experiențele tale curente) noi experiențe de viață, mai bune, care se vor petrece în viitor și de care se vor bucura copiii recent născuți în dimensiunea terestră (care nu vor opune rezistență în fața acestor vibrații, întrucât nu cunosc încă acest mecanism). Ei vor culege beneficiile Contului Energetic pe care l-ai creat tu în Conștiința Colectivă, la fel cum tu culegi – în spațiul și în timpul tău *actual* – beneficiile viselor pe care le-au visat generațiile trecute. Umanitatea nu poate *decât* să evolueze, căci aceasta este menirea fiecăruia dintre membrii săi individuali. Acest mecanism este vechi de când lumea, dar noi dorim să-ți atragem atenția că nu este absolut necesar să dai ortul popii pentru a te resorbi în Sursă, iar apoi să renaști pentru a te bucura în sfârșit de beneficiile vibrațiilor noi pe care le-ai lansat în Conștiința Colectivă. Tu poți face acest lucru chiar acum, în această viață. De fapt, așa ți-ai planificat viața atunci când te-ai născut pe această planetă.

Atunci când ai venit în această lume, tu ți-ai spus: „Mă voi arunca în gol, iar varietatea din fața mea îmi va inspira cu siguranță o idee. De îndată ce această idee va prinde

rădăcini în mintea mea, eu îi voi acorda întreaga mea atenție nedivizată". Exact acest lucru ți l-am spus și noi: *focalizează-ți atenția nedivizată asupra noilor tale dorințe și uită de realitatea care te-a condus la ele.*

Mută-ți o dată pentru totdeauna centrul atenției de la afirmația: *„Acesta este punctul în care mă aflu"* la afirmația: *„Nu contează unde mă aflu, întrucât această situație este temporară"*. Acesta este principalul mesaj al acestui seminar, concluzia cu care am dori să pleci acasă: situația actuală nu este altceva decât un indicator, la fel ca și contorul tău de gaz. Ai observat cât de rapid se învârte acesta? [Râsete] El nu reprezintă o situație imuabilă, ci reprezintă un simplu *indicator.*

În mod similar, tot ce se întâmplă la ora actuală în viața ta reprezintă un simplu indicator temporar ale unor vibrații temporare. Știm că tu îți spui: „Mie nu mi se pare chiar atât de temporar, întrucât situația durează de multă vreme". Ea ți se pare *aceeași* deoarece tu continui să emiți *aceleași* vibrații, dar de fapt este *nouă. Tu nu trăiești aceeași viață. Trăiești o viață nouă, datorată unor vibrații noi. Drama este că noile vibrații pe care le emani nu diferă cu nimic de cele de dinainte, întrucât te-ai obișnuit să te gândești la viața ta la fel cum te-ai gândit până acum.*

Dacă ai plecat de mult timp de acasă și de lângă oamenii alături de care ai crescut, înapoiază-te și vezi în ce măsură te mai poți integra în vechiul tău mediu. Ținând cont de toate experiențele pe care le-ai acumulat între timp, tu te-ai transformat într-o ființă nouă, complet diferită de cea care a trăit în acest mediu de odinioară. Acest mecanism de

creștere interioară este universal valabil. El se repetă în fiecare clipă din viața ta, în fiecare nouă zi.

Ne-a plăcut întrebarea ta: „Cum pot să ajung din punctul în care mă aflu în cel în care doresc să ajung?" Răspunsul este simplu: *privește* în direcția în care dorești să ajungi, *descrie în cuvinte* destinația către care te îndrepți și nu mai privi niciodată înapoi, către locul din care ai plecat. Dacă vei reuși să aplici această metodă, chiar de mâine vei începe să primești dovezi ale „veritabilei tale comori".

Cel care a pus întrebarea: Răspunsul tău a fost uimitor. Îți mulțumesc.

Încheierea seminarului din Boston

Abraham: Ne-a plăcut această interacțiune. Ne-a plăcut interacțiunea cu toți cei prezenți în această sală. Ne-a plăcut răbdarea cu care toți cei care ne-au ascultat au încercat să pătrundă miezul celor spuse de noi, care nu este întotdeauna foarte ușor de sesizat.

Noi ți-am spus toate aceste lucruri nu pentru a te ajuta să obții rezultatele pe care crezi că ți le dorești, ci înainte de toate pentru a simți o stare de ușurare palpabilă, știind că o vei putea regăsi mai târziu ori de câte ori vei dori.

Noi nu recomandăm nimănui ce manifestări concrete să își dorească, întrucât acestea țin de experiența de viață a fiecăruia. Noi am încercat să te învățăm doar cum să îți creezi cu succes aceste manifestări prin descoperirea și cultivarea propriilor tale vibrații. Vibrațiile pe care le emiți reprezintă însăși viața ta, aici și acum.

Ceea ce simți în clipa de față reprezintă un amestec între ceea ce ai devenit și ceea ce accepți să fii. Acesta este singurul adevăr pe care te poți baza. Acum ai la dispoziție instrumentele care te pot ajuta să te orientezi în direcția *celui-care-ești-cu-adevărat,* devenind una cu această Ființă beatifică ce reprezintă însăși esența ta (ceea ce ai devenit tu în urma acumulării nenumăratelor tale experiențe de viață).

Scopul nostru nu este să facem din tine un milionar în dolari, deși acest lucru îți stă întru totul în puteri, dacă ți-l dorești. Scopul nostru este să devii acea Ființă fericită care se bucură de descoperirea propriei sale esențe. Noi dorim să te bucuri înainte de toate de călătoria pe râu, nu de destinația finală, așa cum ți-ai propus atunci când te-ai întrupat în acest corp.

Noi dorim ca tu să știi ce *nu îți dorești,* astfel încât să înțelegi ce anume *îți dorești* și să poți face diferența între cele două stări. Dorim ca tu să simți acea stare de ușurare pe care ți-o transmite întotdeauna orientarea în direcția pe care ți-o dorești și să conștientizezi ce înseamnă această îmbunătățire a vibrației tale. Dorim de asemenea să simți extazul provocat de adunarea Forțelor Universului în jurul tău pentru a-ți demonstra prin dovezi concrete că alinierea s-a produs. În sfârșit, dorim să te instalezi ferm pe noua ta platformă și să simți un nou contrast, care să te conducă spre alte dorințe.

Noi dorim ca tu să simți puterea acestor noi dorințe și relația ta energetică cu ele, dându-ți astfel seama că nu poți ține niciodată pasul cu cel care ai devenit. Dorim însă ca tu să savurezi noua ta cunoaștere, care îți permite să înțelegi

ce ai de făcut în continuare, întrucât ai mai făcut acest lucru de multe ori până acum. Noi dorim ca tu să îți cultivi întotdeauna acele gânduri care te fac să te simți bine. *Cultivă aceste gânduri și avansează în direcția dorințelor tale, iar apoi conștientizează materializarea noii tale creații.*

Noi dorim ca tu să îți modelezi singur lutul vieții și să *te bucuri* de acest act creator. Această bucurie nu se rezumă la obținerea rezultatului final, ci trebuie să integreze întregul proces de aliniere, emoțiile pe care le simți în stomac, pe care știi că ți le poți îmbunătăți, și care – odată îmbunătățite – atrag după sine dovezile materiale ale îndeplinirii dorinței tale.

Ne-a plăcut ce ați simțit, dar și *cum v-ați simțit în final.* Dar cel mai mult ne-a plăcut faptul că nu v-ați fi putut simți în final așa cum vă simțiți dacă nu v-ați fi simțit la început așa cum v-ați simțit. Această relație energetică reprezintă însăși viața și nu este nimic greșit în legătură cu ea. Asta înseamnă să îți modelezi lutul vieții.

Ne-a plăcut această interacțiune mai mult decât putem descrie în cuvinte. Din punctul nostru de vedere, viața este minunată. Noi te invităm să privești lumea prin ochii noștri, pentru că ceea ce vedem noi este cu adevărat minunat! Poți fi convins că în urma acestui seminar te așteaptă o viață mai bună!

Iubirea noastră pentru tine este mare. Și, ca de obicei, rămânem veșnic incompleți, dar fericiți.

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

DESPRE AUTORI

Plini de entuziasm în fața clarității și pragmatismului informațiilor primite de la grupul de ființe care își spun *Abraham,* **Jerry** și **Esther Hicks** au început prin a dezvălui uimitoarele lor experiențe legate de Abraham câtorva asociați de afaceri de care se simțeau mai apropiați, în anul 1986.

Pornind de la premisa că rezultatele practice obținute de ei și de cei care puteau pune întrebări concrete legate de aplicarea principiilor *Legii Atracției* în domeniul financiar, în planul corpului fizic și în domeniul relațiilor, aplicând apoi cu succes răspunsurile primite de la Abraham în cazul lor personal, Jerry și Esther au luat decizia deliberată de a pune învățăturile lui Abraham la dispoziția unui cerc din ce în ce mai mare de căutători ai adevărului, cu scopul de a-i ajuta pe aceștia să își îmbunătățească viața.

Folosind ca bază centrul de conferințe din San Antonio, Texas, Esther și Jerry au călătorit în aproximativ 50 de orașe pe an, începând din anul 1989, ținând conferințe și seminarii

interactive de *Legea Atracției* în fața unor grupuri de persoane interesate de aceste idei revoluționare. Deși au reușit să capteze prin activitatea lor atenția a milioane de oameni din întreaga lume, numeroși gânditori și autori de frunte din domeniul Filozofiei Bunăstării și al Noii Gândiri ce încorporează în bestsellerurile lor, în scenariile, conferințele și filmele lor multe din conceptele lui Abraham, aceste idei s-au răspândit înainte de toate de la om la om, pe măsură ce tot mai mulți indivizi au început să descopere valoarea acestei filozofii practice în experiențele lor personale de viață.

Abraham – un grup de maeștri evoluați din dimensiunea Non-Fizică, se adresează pământenilor prin intermediul lui Esther. Ei se adresează nivelului nostru de înțelegere prin intermediul unor explicații simple, pe înțelesul tuturor, dar pline de iubire și absolut revoluționare ca semnificație, ghidându-ne astfel către conexiunea cu *Ființa noastră Interioară,* care ne călăuzește în permanență cu blândețe și cu înțelepciune, și către puterea personală la care putem avea acces prin identificarea cu Sinele nostru Suprem.

Acumulând informații legate de *Legea Universală a Atracției,* familia Hicks a publicat mai mult de 800 de cărți, casete, CD-uri și DVD-uri care conțin transmisii și interpretări ale învățăturilor lui Abraham. Cei doi pot fi contactați pe site-ul lor interactiv: **www.abraham-hicks.com**; sau prin poștă, pe adresa: Abraham-Hicks Publications, P.O. Box 690070, San Antonio, TX 78269.

Editura **ADEVĂR DIVIN**

„Calea către lumină și iubire"

Brașov, Str. Aleea Mimozei nr. 10, bl. 76, sc. C, et. 2,
ap. 11, cod 500377, O.P. 12
Mobil: 0722 148 983; 0727 275 877
Telefon / Fax: 0368 462 076; 0268 324 970
E-mail: contact@divin.ro; contact@secretul.tv

Pe site-ul editurii găsiți și alte cărți pentru suflet:
www.divin.ro
Site: **www.secretul.tv**
Yahoo! Group: **adevardivin**

Cărțile spirituale publicate de noi relevă adevărata natură a ființei tale veșnic lăuntrice, plină de fericire, bucurie și iubire. Ele te vor ajuta să ai o viață împlinită, armonioasă, sănătoasă și prosperă, pentru că vei avea acces la înțelepciunea divină. Prin intermediul acestor cărți pentru suflet vei conștientiza adevăruri divine, vei înțelege și vei accepta realitatea lui Dumnezeu, pentru că vei păși pe calea către lumină și iubire.

Misiunea *Editurii* **ADEVĂR DIVIN**
Însuflețirea armoniei divine

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Alte titluri

ADEVĂR DIVIN

❖ Colecția **Inspirație divină**:

- ✓ Cere și ți se va da: Învață să manifești *Legea Atracției* de *Esther și Jerry Hicks (Învățăturile lui Abraham)*
- ✓ SARA, cartea întâi: Sara află *Secretul* despre *Legea Atracției* de *Esther și Jerry Hicks (Învățăturile lui Abraham)*
- ✓ Manifestă-ți Dorințele: 365 de Metode pentru a-ți transforma visele în realitate de *Esther și Jerry Hicks (Învățăturile lui Abraham)*
- ✓ Banii și *Legea Atracției:* Învață cum poți atrage în viața ta bogăția, o stare de sănătate și de fericire perfectă de *Esther și Jerry Hicks (Învățăturile lui Abraham)*
- ➢ Scrierile lui Seth: Viața veșnică a sufletului * de *Jane Roberts*
- ➢ Scrierile lui Seth: Natura realității personale * de *Jane Roberts*

* *Cărți în curs de publicare.*

Informațiile de mai sus sunt raportate la luna mai 2009.

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

PRINT
multicolor
Str. Bucium nr. 34 Iaşi
tel.: 0232/211225
fax: 0232/211252
office@printmulticolor.ro
www.printmulticolor.ro
SERVICII TIPOGRAFICE COMPLETE

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Foarte mulți oameni care au văzut filmul sau care au citit cartea *The Secret – Secretul* cred că îi pot cere universului orice lucru material, iar *Legea Atracției* îi-l va livra. Lucrurile nu sunt însă atât de simple. Ca să poți schimba lumea în care trăiești, trebuie mai întâi să îți schimbi modul de gândire. În această carte extraordinară, Esther și Jerry Hicks dezvăluie secretul care se ascunde în spatele *Legii Atracției*. Cei doi autori explică în detaliu cum trebuie să îți focalizezi energia pentru a manifesta starea de prosperitate.

Învață cum poți crea în viața ta o stare de abundență:

Focalizându-te asupra lucrurilor pe care ți le dorești în viață, și nu asupra lucrurilor pe care nu ți le dorești;

•

Considerându-te un om bogat, nu un om sărac;

•

Bucurându-te deja de obiectul sau de modul de viață pe care ți-l dorești (de pildă, de casa sau de mașina pe care ai vrea să le ai).

Tehnicile extrem de eficiente oferite de Abraham îți vor explica ce înseamnă cu adevărat prosperitatea și te vor învăța cum să folosești corect *Legea Atracției* pentru a manifesta această energie în viața ta.

Universul oferă o mare abundență care este disponibilă TUTUROR. Secretul constă în a vizualiza această bogăție și în a ți-o dori. Numai în acest fel o vei putea atrage în viața ta. Conștientizează faptul că ai puterea de a atrage tot ceea ce îți dorești. Afirmă faptul că banii curg cu ușurință către tine și că te bucuri de o abundență și de o prosperitate nelimitate.

Esther și Jerry Hicks produc și prezintă minunatele învățături Abraham-Hicks prin arta de a accepta manifestarea stării noastre firești de bine. Aceste învățături au fost cele care au inspirat filmul și cartea *The Secret – Secretul* și cele care au deschis lumea către fascinanta *Lege a Atracției*. **Esther și Jerry** Hicks pot fi contactați pe website-ul: **www.Abraham-Hicks.com.**

www.divin.ro
pentru SUFLET, MINTE *și* TRUP

ISBN 978-973-88592-9-6

ADEVĂR DIVIN